



„Mythen in der Medizin“

Die Halbwertszeit des medizinischen Wissens wird immer kürzer.

Liebe Patienten,

Mit so manchen althergebrachten Ansichten gilt es aufzuräumen:

Wir normal Sterblichen sollten mit unseren Kräften haushalten und keineswegs unsere



Reserven verschleudern. Deshalb hatten unsere Eltern recht, wenn sie uns früher zeitig zu Bett geschickt und dann wieder das frühmorgendliche Aufstehen gefordert hatten. Epidemiologische Untersuchungen haben bewiesen, dass zu kurze wie zu lange Schlafenszeiten ernstzunehmende Zivilisationskrankheiten fördern.

... und was uns natürlich auch am Herzen liegt:



Privat krankenversichert zu sein gerät (nicht nur finanziell) zum Nachteil, wenn Sie von Ärzten ausgeräubert werden. Allzu gerne werden selbst Kerngesunden bei

Check-Ups- und Krebsvorsorgen völlig unnötige teure Untersuchungen angedient, die erstens nicht erstattet werden und zweitens auch zu therapeutischen Konsequenzen führen, die in die Irre leiten.

„Hilft viel viel?“

Nein, nicht wenn es sich um die vielverkauften Elektrolyt-, Spurenelement- und Vitaminprodukte handelt, die nicht verschreibungspflichtig sind. In unseren



Breitengraden hat eigentlich niemand Mangelerscheinungen der Art, dass frei verkäufliche Pülverchen medizinisch indiziert wären. – Allerdings, was stimmt: Viele von uns leiden an Eisen-, Jod- und Zinkmangel; dieses zu diagnostizieren leistet ein Bluttest und eine Hautuntersuchung.

Was ist sonst empfehlenswert?

In dieser Jahreszeit: die jährliche Gripeschutzimpfung!

Frank Bätje & Sigrüd Koopmann