

Darmspiegelung ist wichtig: Wer nicht hingehet, riskiert sein Leben!

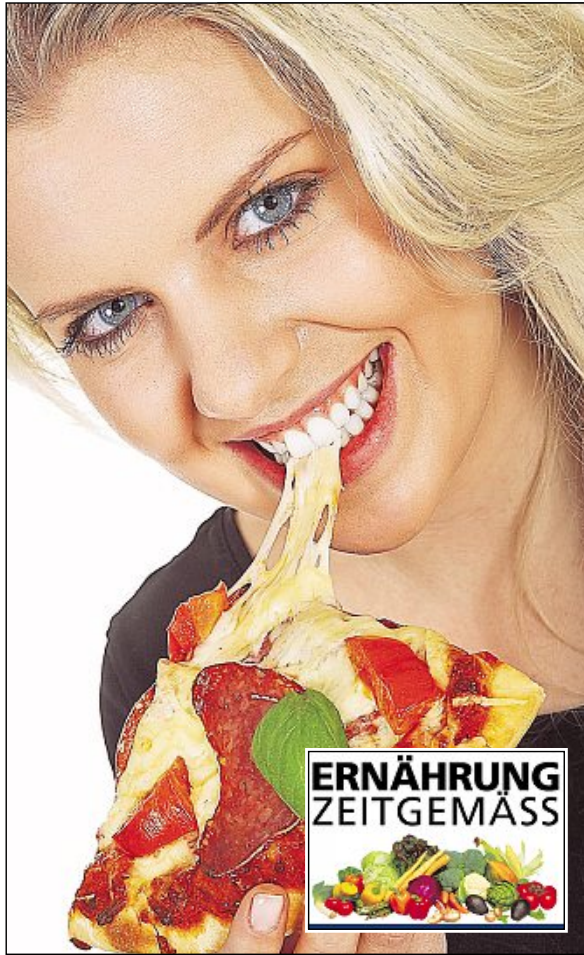
„Das ist so unangenehm!“ oder noch schlimmer: „Ich hatte starke Schmerzen.“ Es gibt kaum eine Untersuchung, die einen so schlechten Ruf hat wie die Darmspiegelung. Mittlerweile völlig zu Unrecht!

Denn die Koloskopie wird seit Jahren und von der Mehrheit der Mediziner schmerzfrei angeboten. Man sollte nicht zögern, die Untersuchung durchführen zu lassen, denn: „In der Krebsvorsorge gibt es kaum eine so unumstrittene Tatsache wie die lebensrettende Wichtigkeit einer Darmspiegelung“, erklärt Krebshilfe-Präsident Univ.-Prof. Dr. Paul Sevelda. „Bitte keine

Ausreden: Gehen Sie hin, ich tu's auch – aus Liebe zum Leben!“ Daher appelliert der Mediziner: Ab dem 50. Lebensjahr alle sieben bis zehn Jahre zur Koloskopie!

205 Untersuchungsstellen bei niedergelassenen Ärzten und in Spitälern wurden übrigens bereits mit dem „Qualitätszertifikat Darmkrebsvorsorge“ ausgezeichnet.

M. Kotasek-Rissel



**ERNÄHRUNG
ZEITGEMÄSS**

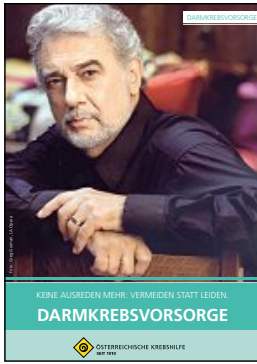
Der Biss in die Pizza kann heftige Migräne auslösen! Eine Studie bestätigt den Zusammenhang zwischen histaminhaltigen Speisen (z. B. Käse, Rotwein) und dieser Kopfschmerzart, wie Experten auf einer Pressekonferenz berichteten. Betroffene sollten solche Nahrung meiden oder histaminabbauende Präparate einnehmen.

● Flucht in Esoterik

Ist der Körper krank oder die Seele? Die Diagnose lässt sich oft nicht so einfach stellen. Das erfordert Zeit und Wissen. Psychosomatische Mediziner fordern nun eine Zusatzausbildung für Ärzte. Gezielte Abklärung soll Kosten sparen und verhindern, dass enttäuschte Patienten in esoterische Angebote flüchten.



Univ.-Prof. Dr. P. Sevelda



◀ Diese Broschüre mit allen qualitätszertifizierten Stellen in ganz Österreich ist kostenlos erhältlich: service@krebshilfe.net oder per Telefon: 01/796 64 50.

Jeder vierte Österreicher schläft schlecht

Mit Homöopathie nervöse Unruhezustände beseitigen

Bei Schlafstörungen – Millionen sind schon betroffen – muss man den Ursachen auf den Grund gehen: Stress, ungelöste Konflikte, Überlastung.

Experten warnen davor, leichtfertig Schlafmittel einzunehmen, denn diese Medikamente sind weder eine Dauerlösung, noch helfen sie gegen die häufigsten Ursachen: Nervosität und Unruhe. Da macht es also Sinn, die Nervenkraft zu unterstützen! Dann stellt sich der erholsame Schlaf von selbst wieder ein.

Das homöopathische Mittel RELAX (als Tropfen oder Tabletten, in Apotheken erhältlich) kann hier

aufgrund seiner speziellen Zusammensetzung bei Stressfolgen, Angstzuständen oder psychischer Verstimmung eingesetzt werden.

Wer in der Früh gut ausgeruht ist, kann auch Alltagsaufgaben wieder leichter bewältigen – das verringert den Stress.

Info: www.hws.at



Entgeltl. Einschaltung

Foto: Shutterstock

Wenn der Rücken ständig schmerzt

Eine rote Wirbelsäule ist Merkmal der Aktion, die am Tag der Rückengesundheit, 15. März, startet, um auf „axiale Spondyloarthritis“ aufmerksam zu machen. 60.000 sind betroffen, wenige diagnostiziert. „Treten bei Jüngeren anhaltende Beschwerden der Wirbelsäule, ausstrahlend bis ins Gesäß auf, zum Rheumatologen!“, so Prim. Marcus Köller, Leiter SMZ Sophienspital Wien. T-Shirts, Karten, Infos werden an öffentlichen Plätzen verteilt.



Foto: AbbVie

Fotos: Österreichische Krebshilfe