

## Überblick

**Schwanger: Sodbrennen nicht selbst behandeln**

Übelkeit und Sodbrennen sind oft lästige Begleiter in der Schwangerschaft. Betroffene Frauen sollten sich selbst keine Mittel besorgen, sondern nur nach Rücksprache mit ihrem Arzt zu Medikamenten greifen, empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS). Bei Sodbrennen könnten sogenannte Antazida zum Einsatz kommen, die bereits im Magen vorhandene Säure binden. Von Mitteln aus der Gruppe der Protonenpumpenhemmer (PPI) raten die Experten ab: Bei hoher Dosierung sei es in Tierversuchen zu Fehlbildungen gekommen.

**Milch kann bei Kindern Karies auslösen**

Nicht nur zuckerhaltige Getränke wie gesüßter Tee oder verschiedene Obstsäfte können den Milchzähnen schaden, wenn ein Kind ständig aus einem Flascherl davon trinkt. Auch Milch führt unter Umständen zu Karies, wenn sie die Zähne dauerhaft umspült. Grund ist der darin enthaltene Milchzucker (Laktose), wie die Initiative proDente mitteilt. Eltern sollten ihrem Kind daher besser nur Wasser oder ungezuckerten Tee geben und es auch aus einem Becher trinken lassen, sobald es sitzen kann.



Besser Wasser trinken (colourbox.de)

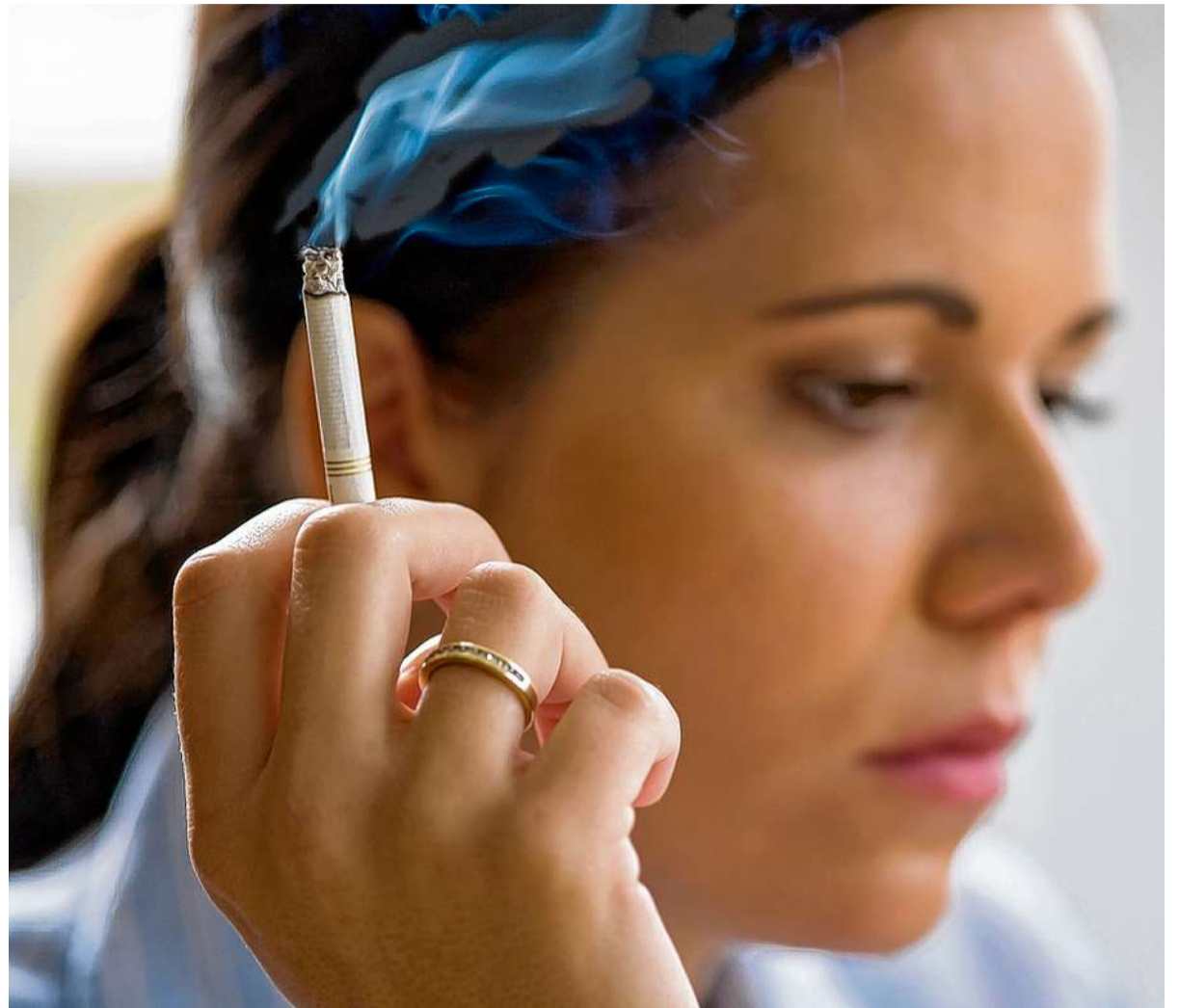
# Raucher erleiden früher Herzinfarkt

Europäischer Kardiologenkongress: Bereits jugendliche Raucher weisen laut einer Schweizer Studie eine geschädigte Funktion der Blutgefäße auf.

**M**ehr als drei Viertel der Menschen, die bereits vor ihrem 55. Lebensjahr einen Herzinfarkt erlitten, waren Raucher. Das zeigt eine aktuelle Auswertung von Daten aus dem Berliner Herzinfarktregister, die jetzt beim Europäischen Kardiologenkongress in Barcelona präsentiert worden ist.

„Unseren Daten zufolge ist Rauchen der wichtigste Risikofaktor für einen frühen Herzinfarkt“, sagt Studienautor Heinz Theres (Charité Berlin). „Seit 1999 ist der Anteil der Raucher bei Herzinfarktpatienten unter 55 Jahren nicht zurückgegangen.“ Für die Untersuchung, die auf den Daten des seit 1999 bestehenden Berliner Herzinfarkt-Registers beruht, wurden für insgesamt mehr als 6000 Herzinfarkt-Patienten drei wesentliche kardiale Risikofaktoren (Rauchen, Bluthochdruck und ungünstige Blutfettwerte) in ein Verhältnis zum Alter gesetzt. Bei den Personen, die bereits vor dem 55. Lebensjahr einen Herzinfarkt erlitten haben, waren 76 Prozent Raucher. 94 Prozent wiesen zumindest einen der drei Hauptrisikofaktoren auf.

Das Rauchverhalten einer weit jüngeren Altersgruppe, nämlich Jugendliche ab 13 (Durchschnittsalter 17 Jahre), wurde im Rahmen einer Schweizer Studie erhoben. Gemessen wurden bei den Jugendlichen auch der Blutdruck sowie verschiedene Parameter für die Gefäßfunktion. 14 Prozent der Jugendlichen rauchten zumindest einmal wöchentlich, mehr als die Hälfte ihrer Eltern rauchte (28 Prozent) oder hatte geraucht (25 Prozent). Diese Untersuchung zeigte



Rauchen ist der wichtigste Risikofaktor für einen frühen Herzinfarkt.

Foto: colourbox.de

einen deutlichen Zusammenhang zwischen dem Rauchen und einer Beeinträchtigung der Gefäßfunktion. „Die Analysen bestätigen die Hypothese einer frühen Veränderung der Gefäßfunktionalität durch aktives Rauchen im Jugendalter unabhängig vom elterlichen Rauchverhalten“, so Julia Dratva vom Schweizer Tropen- und Public-Health-Institut in Basel. „Die-

se Daten unterstreichen die Notwendigkeit einer frühen Prävention von Rauchen in Kindheit und Jugend“, sagt der Wiener Kardiologe Franz Weidinger (KH Rudolfstiftung), Präsident der Österreichischen Kardiologengesellschaft.

Weidinger ist strikt für die Verschärfung der gesetzlichen Regelungen: „Wir brauchen in Öster-

reich neben angemessenen präventiven Maßnahmen auch einen ordentlichen Nichtrauchererschutz mit gesetzlicher Absicherung.“ Die in Österreich bestehende Kluft zwischen den wissenschaftlich abgesicherten Erkenntnissen über die Schädlichkeit des Rauchens und der diesbezüglichen Gesetzeslage sei aus medizinischer Sicht inakzeptabel.

WERBUNG

## Energie fürs Leben!

Wir stellen Ihnen Oberösterreichs EnergetikerInnen persönlich vor.

In den OÖ Nachrichten präsentieren wir Ihnen vierzehn neu zertifizierte EnergetikerInnen aus Oberösterreich. Heute: Marianne Laher.

Ob Bachblüten, Biofeedback, Kinesiologie oder Feng Shui, Ziel einer Begleitung durch energetische Maßnahmen ist die Verbesserung Ihres geistigen, seelischen und körperlichen Wohlbefindens. Dabei sollen energetische Systeme ins Gleichgewicht gebracht und der natürliche Fluss der Lebensenergie unterstützt werden.

Das durchaus große Angebot im Bereich der Energetik hat die Berufsgruppenvertretung der WKO Oberösterreich auch in diesem Jahr wieder dazu veranlasst, mit einer Zertifizierung ein spezielles Qualitätssiegel zur besseren

Orientierung für alle KlientInnen anzubieten. Heuer haben nun weitere EnergetikerInnen ihre Zertifizierung positiv abgeschlossen und somit ein Zertifikat erhalten, das die positive Entwicklung der gesamten Berufsgruppe in Oberösterreich nachhaltig repräsentiert. In den OÖ Nachrichten stellen wir Ihnen ab heute und in den folgenden Ausgaben die vierzehn neu zertifizierten EnergetikerInnen persönlich vor.

Heute: Marianne Laher, BodyTalk-Anwenderin und Smovey-Coach. Mit ihrem Leitspruch „Balance im Leben“ erfasst Marianne Laher KlientInnen in ihrer Ganzheitlichkeit, um dabei zu helfen, wieder die Balance im Leben zu erlangen. Sie ist zertifizierte BodyTalk-Anwenderin und praktiziert zudem Herzensarbeit. Damit werden die Energienetzwer-



Marianne Laher, BodyTalk-Anwenderin und Smovey-Coach

ke harmonisiert, wodurch Körper und Seele wieder ins Gleichgewicht finden. In ihrer eigenen Praxis in Haslach an der Mühl im oberen Mühlviertel bietet Marianne Laher zudem energetische Arbeit mit Smovey-Ringen an. Diese Methode verfeinert durch gezielte Balanceübungen das Zusammenspiel der Muskulatur. Dabei werden die an den Handflächen befindlichen

Reflexzonen durch die feinen Vibrationen der Smovey-Ringe stimuliert. Dies verursacht eine positive Auswirkung auf die entsprechenden Organe und Drüsen.

Nähere Informationen zum Methodenkatalog der Humanenergetik und Lebensraum-Consultants sowie zu allen zertifizierten AnbieterInnen finden Sie jetzt gleich unter [www.energetik-ooe.at](http://www.energetik-ooe.at)!



Die muskelkranken Buben Lukas und Elias mit Harald Krassnitzer (F. Morgenbesser)

## Muskelkrankheit betrifft vor allem Buben

Erster Welt-Duchenne-Tag macht aufmerksam

Die Muskeldystrophie vom Typ Duchenne ist eine der häufigsten und schwersten Muskelerkrankungen. In Österreich leiden rund 200 Kinder und Jugendliche an dieser Krankheit. Für die Betroffenen beträgt die Lebenserwartung etwa 25 bis 30 Jahre. Beim ersten Welt-Duchenne-Tag am Sonntag machten Experten auf die Krankheit, die sukzessive die Muskelfaser zerstört, aufmerksam.

Duchenne Muskeldystrophie ist durch einen Gendefekt am X-Chromosom bedingt und tritt fast ausschließlich bei Buben auf. Betroffene Kinder lernen im Kleinkindalter zwar gehen, verlieren jedoch zu-

nehmend ihre Mobilität. „Neben der Einschränkung der Motorik und dem Wissen um den unaufhaltsamen Verlauf erleben die Betroffenen und ihr Umfeld immense psychische und soziale Belastungen“, sagte Paul Wexberg, Vizepräsident der Österreichischen Muskelforschung und Vater eines betroffenen Bubens.

Laut WHO-Definition zählt Duchenne zu den „seltenen Erkrankungen“, für die es viel zu wenig Bewusstsein gibt. Von öffentlicher Hand oder der Pharmaindustrie werden kaum finanzielle Mittel zur Erforschung dieser Muskelerkrankung zur Verfügung gestellt.

Marianne Laher – Balance im Leben - BodyTalk - Herzensarbeit - Smovey-Coach  
Marktplatz 34, 4170 Haslach, Tel.: 0664 / 15 55 268  
E-Mail: [marianne@laher.at](mailto:marianne@laher.at), [www.bodytalk-laher.at](http://www.bodytalk-laher.at)