

Kategorie wählen



Anzeigen

Wählen Sie ein Medium aus, dass abgespielt werden soll.



[Steiler Anstieg von Typ 1 Diabetes bei Kindern](#)

Die Anzahl der Neuerkrankungen an Diabetes Mellitus Typ 1 bei Kindern verdoppelte sich in den letzten 10 Jahren. Besonders Kinder unter 5 Jahren sind davon betroffen. Derzeit entspricht die Versorgung der an Diabetes erkrankten Kinder in Österreich nicht den internationalen Standards. Aufgrund der bestehenden Unterversorgung in diesem Bereich konnte in den letzten Jahren die Rate der lebensbedrohlichen Komplikationen wie Hypoglykämien und Ketoazidosen nicht gesenkt werden.



[Krankenkassen Test](#)

Gesetzliche Krankenkassen: Beiträge und Leistungen vergleichen Jedes sechste Mitglied zahlt bei seiner Kasse bereits einen Zusatzbeitrag. Doch stimmen Leistung und Service? Lohnt sich ein Wechsel? Finanztest hat die Antwort und für jeden Krankenversicherten passende Kassenangebote ermittelt. Dafür hat die Stiftung Warentest die Mehrleistungen, besondere Versorgungs- und Behandlungsangebote sowie den Extraservice von 104 gesetzlichen Krankenkassen verglichen.



[Magenballon Therapie - Implantation / Einsetzung des Magenballons](#)

Schematische Darstellung einer Magenballon-Implantation (© Allergan) - bereitgestellt durch die Medical Well Clinic Dresden.



[Magenballon Therapie - Explantation / Entnahme des Magenballons](#)

Schematische Darstellung einer Magenballon-Explantation (© Allergan) - bereitgestellt durch die Medical



[Wer bekommt den "Goldenen Windbeutel"?](#)

Eine prominente Jury hat fünf preiswürdige Produkte für den „Goldenen Windbeutel 2010“ nominiert, die bis zum 22. April 2010 auf www.abgespeist.de zur Wahl stehen.



[Adipositas in der Kindheit senkt die Lebenserwartung](#)

Adipositas und gestörte Glukosetoleranz in der Kindheit senkten die Lebenserwartung deutlich, Blutdruck und Gesamtcholesterin hatten keinen signifikanten Einfluss. Zu diesem Ergebnis kommt eine aktuelle Studie im New England Journal of Medicine. Die Studie wurde an 4857 (Pima-) Indianerkindern zwischen 5 und 19 Jahren über fast 25 Jahre durchgeführt und zeigt, dass diese Risikofaktoren im Kindesalter eine entscheidende Determinante für die Lebenserwartung darstellen.



[Willi will die Ampel](#)

Willi ist ein Mann im besten Alter, aufgeweckt und lebensfroh, ein bisschen bequem vielleicht, ganz sicher aber hat er einige Kilo zu viel auf den Rippen. Sein Entschluss steht: Runter mit den Pfunden! Doch das ist gar nicht so einfach bei all den als „Fitness“-Produkte getarnten Zuckerbomben in seinem Supermarkt. Wie wird sich Willi schlagen, und was wird aus seinen guten Vorsätzen? „Willi will weniger wiegen“, ein Film zur Debatte um eine bessere Nährwertkennzeichnung. Und ein Plädoyer für die verbraucherfreundliche Nährwert-Ampel. Fordern auch Sie die zuständigen Politiker auf, die Ampelkennzeichnung einzuführen. E-Mail-Aktion unter <http://www.foodwatch.de/ampel-aktion>



[Was bewirkt Übergewicht? \(Video\)](#)

Was ist Übergewicht? Was kann es bewirken? Viele Zivilisationskrankheiten hängen direkt mit Übergewicht zusammen. Bei anderen ist der Zusammenhang ein statistischer, aber noch kein Wirkmechanismus bekannt.

Durch Adipositas vermehrtes inneres Bauchfett verursacht Entzündungen, Diabetes, Herzinfarkt und Krebs.



[TigerKids – Kindergarten aktiv: Spielend gesund essen \(mp3\)](#)

Mit dem Programm „TigerKids – Kindergarten aktiv“ lernen Jungen und Mädchen spielerisch, wie sie sich gesund ernähren können. Was so simpel klingt, ist für viele Kinder gar nicht mehr selbstverständlich: Mehr Obst und Gemüse statt Schokoriegeln oder auch ungesüßte Getränke statt kalorienhaltiger Limonaden. In Hannover wurde nun Bilanz gezogen – mit durchweg positiver Resonanz. Das Programm wird ausgeweitet. Matthias Tüxen berichtet.



[Bewegung auf Rezept - Für Diabetiker ist Sport oft wichtiger als Medikamente \(mp3\)](#)

Experten sprechen bei der Zuckerkrankheit in Verbindung mit Fettsucht von einer Epidemie. Allein in Deutschland sind derzeit schätzungsweise 8 Millionen Menschen von Diabetes betroffen. Vor allem die Diabetiker vom Typ 2 sind häufig übergewichtig und unbeweglich. Als erste Krankenkasse reagiert die DAK darauf jetzt mit einem gezielten Bewegungsprogramm, das noch in diesem Jahr starten soll. Erste Testkurse mit 250 Teilnehmern versprechen erstaunliche Erfolge. Ein Bericht von Pia Hoffmann.



[foodwatch entlarvt McDonald's-Werbung als Lügenmärchen](#)

Wer kennt sie nicht? Die doppelseitigen Hochglanzanzeigen von McDonalds, auf denen ein idyllisch gelegener Bauernhof prangt? Wir haben den für McDonalds tätigen Fleischproduzenten mal genauer unter die Lupe genommen und sind zu einem Ergebnis gekommen, das Sie mit Sicherheit interessieren wird!



[Grünes Licht für die Ampel - AOK unterstützt innovatives Projekt für ausgewogene](#)

[Ernährung \(mp3\)](#)

Verbraucherschützer und Mediziner fordern seit geraumer Zeit Entscheidungshilfen für gesunde Ernährung. Viele von ihnen favorisieren eine so genannte Lebensmittel- oder auch Nährwertampel. Diese Ampel ist einfach und schnell zu lesen. Sie hat sich in der Praxis bereits bewährt. Leider nicht in Deutschland. Das wollen AOK und Verbraucherschützer nun ändern. André Tonn informiert.



[Blutdruck messen \(Video\)](#)

Sie wollen Ihren Blutdruck auch regelmäßig selbst überprüfen. Apothekerin Caroline Rump zeigt, welche Gerätetypen es gibt und wie Sie richtig damit umgehen. Lassen Sie sich vorab von Ihrem Arzt und in der Apotheke anleiten. So können Sie die ärztliche Behandlung aktiv unterstützen. Damit der Hochdruck keine Chance hat. Weitere Videos zum Thema Blutdruck und vieles mehr finden Sie auf [GesundheitPro.de](#)



[Metabolisches Syndrom - Was Tun? \(Video\)](#)

Es ist die Volkskrankheit des 21. Jahrhunderts und zählt zu den größten gesundheitlichen Bedrohungen der Zukunft: Übergewicht, schlechte Blutzuckerwerte, Bluthochdruck und ungünstige Blutfettwerte vereinen sich zum metabolischen Syndrom. Diese "Krankheit vor der Krankheit" ist maßgeblich verantwortlich für Gefäßerkrankungen und schließlich für Herzinfarkt und Schlaganfall. Doch gegen das metabolische Syndrom lässt sich einiges tun. Wir erklären, wie Sie dem tödlichen Quartett begegnen und wie Bewegung und gesunde Ernährung helfen. Weitere Videos zu Metabolischen Syndrom finden Sie auf [GesundheitPro.de](#)



[Kinderarmut – Essen und Trinken im Abseits \(mp3\)](#)

UNICEF dokumentiert es schwarz auf weiß: In Deutschland wächst jedes sechste Kind in Armutsverhältnissen auf. Besonders bedroht sind Kinder und Jugendliche aus kinderreichen Familien, von Alleinerziehenden oder mit so genanntem Migrationshintergrund. Ein Leben in Armut birgt erhöhte Risiken. Weniger Geld bedeutet nicht zuletzt niedrigere Bildungschancen, schlechtere Gesundheitsversorgung und: Armut hat auch weitreichende Auswirkungen auf die Ernährung. Kinderarmut gleich Ernährungsarmut? Susanne Kuhr ist der Frage nachgegangen.



Gewusst wie: Lebensmittel richtig einkaufen (mp3)

„Was soll ich heute nur bloß kochen“ – eine immer wiederkehrende Frage, die viel Kopfzerbrechen bereitet. Bei 365 Tagen im Jahr können schon mal die Ideen ausgehen. Gerade, wenn man sich erst morgens überlegt, was es mittags zu essen gibt, ist der Stress vorprogrammiert: Rennerei beim Einkauf und dann fehlt zum Schluss doch noch etwas. Wer aber ein wenig plant, ist klar im Vorteil. Susanne Kuhr mit Tipps zum Lebensmitteleinkauf.



Das metabolische Syndrom: Die gefährlichen Vier und ihre Folgen (mp3)

Unter dem „metabolischen Syndrom“, auch „tödliches Quartett“ genannt, versteht man das gemeinsame Auftreten von Übergewicht, Bluthochdruck, erhöhten Blutfett- und Blutzuckerwerten. Warum die Kombination so gefährlich ist und was man dagegen tun kann, darüber hat sich Claudia Schmid informiert.



Der Extremsportler Joachim Franz ist Europäer des Jahres 2009

Wie steht es eigentlich um Ihren Alltag? Haben Sie auch manchmal das Gefühl, dass Ihnen der Alltagstrott über den Kopf wächst und das Leben nicht richtig Sinn macht? Dem Extremsportler Joachim Franz ging es Anfang der 90er Jahre genau so. Sein Leben lief in festen Bahnen und machte ihn nicht besonders glücklich. Dann änderte sich alles. Jetzt wurde er ausgezeichnet. Reader´s Digest kürt den Extremsportler im Kampf gegen Aids zum Europäer des Jahres 2009. Saskia Renner berichtet. Weitere Infos zu Joachim Franz, dem Europäer des Jahres 2009, gibt's übrigens auch auf www.readersdigest.de.



Die Ampel bei Lebensmitteln – Nährwertkennzeichnung in der Diskussion

Das ist gesund, das ist ungesund. Gut für die Figur – schlecht für die schlanke Linie. Das kann man ruhig essen, das ist weniger empfehlenswert. Will der Verbraucher seine Lebensmittel ganz bewusst einkaufen, dann hat er es nicht immer leicht. Noch gibt es nämlich keine generelle Verpflichtung für Hersteller, den Anteil von Fett, Kalorien oder Zucker auf der Packung auszuweisen. Und schon gar kein einheitliches Modell. Den Verbrauchern dürfte am ehesten die „Ampel“ ein Begriff sein. Diese Nährwertkennzeichnung wird auch von den Verbraucherverbänden favorisiert, hat aber durchaus ihre Nachteile. Susanne Kuhr hat sich informiert.



Frontal 21 über die Ampelkennzeichnung bei Lebensmitteln

Frontal 21 vom 13.05.2008 zur Ampelkennzeichnung bei Lebensmitteln und den Widerstand der Lebensmittelindustrie gegen diesen Vorschlag. Damit Verbraucher auf einen Blick erkennen können, wie viel Zucker, Fett und Salz ein Lebensmittel enthält, setzt sich foodwatch e.V. für eine Kennzeichnung mit den Ampelfarben ein. Fordern Sie die Einführung der Ampelkennzeichnung - jetzt einfach online unterzeichnen!
<http://www.foodwatch.de>



Adipositas-Rehazentrum Insula Bischofswiesen / Berchtesgaden

Das Adipositas Rehabilitationszentrum INSULA verfügt über speziell ausgebildete Mitarbeiter, die sich intensiv um die optimale Rehabilitation ihrer Patienten kümmern. Sie bemühen sich, auch über die Therapie hinaus ganz für ihre Patienten da zu sein. Intensive persönliche Betreuung wird bei ihnen groß geschrieben.



Samy Deluxe Statement zum Welt-Aids-Tag 2008

Jetzt du! Samy Deluxe hat es getan, Philipp Lahm hat es getan, Christiane Paul tut es, Anni Friesinger ebenfalls: Sie geben dem Welt-Aids-Tag ihr Gesicht und ihre Stimme. Und mit Ihnen mehrere tausend Menschen. Jetzt bist du an der Reihe



Ernährung: Rein pflanzlich ist nicht für jeden geeignet (mp3)

Viel frisches Obst und Gemüse das gehört zu einer gesunden Ernährung. Doch wie gesund ist es, auf alle tierischen Nahrungsmittel zu verzichten auch auf Milchprodukte und Honig? Dieser Frage ist Vicki Marschall im folgenden Beitrag nachgegangen.



Milch und Milcherzeugnisse: Fit- und Muntermacher

Sie hat für Wirbel gesorgt in letzter Zeit: Die Milch, bzw. die Milchbauern und die Milchpreise dominierten die Schlagzeilen. Spätestens als die Milch in den Supermarktregalen knapp wurde, machten sich auch die Verbraucher ihre Gedanken. Nun hat man sich zunächst einmal auf neue Preise geeinigt und das lässt aufatmen: Das Angebot an Milch und Milchprodukten ist wieder komplett und enorm vielfältig. Da kann man vor dem Kühlregal schon mal den Überblick verlieren. Susanne Kuhr hat sich über die Fit- und Muntermacher informiert.



Appetit – Hunger – Heißhunger: Wenn sich der Magen meldet (mp3)

Wenn sich der Magen meldet! Irgendwie habe ich Hunger – Ich hätte schon Appetit – Mensch, habe ich einen Hunger, ich könnte ein halbes Schwein auf Toast vertragen. Braucht der Körper Nachschub an Essen und Trinken, dann macht er sich auch bemerkbar: Man verspürt ein hohles Gefühl im Magen bis hin zum Magenknurren. Doch es gibt unterschiedliche Stufen des Hungergefühls. Appetit, Hunger, Heißhunger – wenn sich der Magen meldet. Ein Beitrag von Susanne Kuhr.



Smoothies: Obst aus der Flasche kein vollwertiger Ersatz für frische Ware (mp3)

Smoothies erobern die Kühlregale in den Supermärkten. Die Getränke aus püriertem Obst und Gemüse werden mit Saft vermischt und in Fläschchen angeboten. Was es mit den Ganzfruchtgetränken auf sich hat, darüber informiert Claudia Schmid.



„Du isst, wie Du bist?“ Ernährungscompetenz ist Lebenskompetenz (mp3)

Dünn – dick, gesunde Ernährung – ungesunde Ernährung, Besserverdienende – sozial schwächere Menschen. In Deutschland tut sich eine Kluft auf. Das betrifft nicht nur die finanziellen Verhältnisse, sondern auch die Ernährung. Fakt ist nämlich: Je geringer die Bildung, die soziale Schicht und das Einkommen, desto größer ist die Anzahl übergewichtiger Männer und Frauen. Armut und mangelnde Bewegung erhöhen somit das Risiko zu erkranken und verringern die Lebenserwartung. „Du isst, wie Du bist?“ – Susanne Kuhr ist der Frage nachgegangen.



[Abdominoplastik mit alloplastischem Herniapatch \(Video\)](#)

Gezeigt wird operative Technik der Bauchdeckenrekonstruktion mittels Kunststoffgewebe bei einem Patienten mit einer Riesenhernie der Bauchdecke nach vorhergegangener Operation. Der Patient hat im Vorfeld 80Kg an Gewicht verloren so dass neben dem Hernienverschluss die Ästhetik der Bauchdecke wiederhergestellt wurde.



[Magenband - Laparoskopische Magenbandanlage \(Video\)](#)

Hier wird mittels minimalinvasiver Operationstechnik, der sog. Schlüssellochoperation, ein Kunststoffband um den oberen Anteil des Magens gelegt und dieser förmlich eingeschnürt. Mit dieser Radikalmethode wird die Aufnahme größerer Mahlzeiten unmöglich. Das nachfolgende Video zeigt detailliert die erfolgreich durchgeführte laparoskopische Magenbandanlage.



[Wo? Warum? Welche? Zusatzstoffe in Lebensmitteln \(mp3\)](#)

Chips, Toast oder Tütensuppe – die meisten der verarbeiteten Lebensmittel kommen nicht ohne Zusatzstoffe aus. Auf der Zutatenliste sind sie zwar alle verzeichnet, doch nicht immer sind sie für den Verbraucher als solche zu erkennen. Auch ist nicht für jeden ersichtlich, warum Pizza oder Fruchtjoghurt überhaupt Zusatzstoffe benötigen. Und durch ihre chemischen Namen verursachen sie beim Lesen oft Unbehagen. Zusatzstoffe in Lebensmitteln – Wo? Warum? Welche? Susanne Kuhr hat sich informiert

<http://www.adipositas-page.de/index.php?section=podcast&pdfview=1>