

KOLUMNE

Im Arzt-Wartezimmer blätterte ich in einem Apotheker-Fachblatt und musste über einen Witz schmunzeln: „Das Medikament nehme ich, aber den Beipackzettel gebe ich wieder zurück.“ Nach meiner gut überstandenen Zahn-OP wurde mir ein Blatt mit Verhaltensmaßnahmen in die Hand gedrückt, die mich ebenfalls erheiterten. Eine Stunde lang auf den Tupfer beißen, eine Woche lang auf körperliche Betätigung verzichten, ein zusammengefaltetes Stofftaschentuch in den Mund legen und 60 Minuten lang fest draufbeißen. Ratschläge, die wahrscheinlich nicht immer zu realisieren sind.

Ich hatte Glück und musste, wahrscheinlich dank des hervorragenden Chirurgenteams, nicht einmal die mitgegebenen Schmerztabletten einnehmen. Und selbst bei Bedarf: Ich hätte mir's gut überlegt. Laut Studien lesen

78 Prozent aller Patienten Beipackzettel – was nur mit Brille oder Adлераugen möglich ist – und bekommen es mit der Angst zu tun.

Auch die Einnahme eines harmlosen Schnupfenmittels könnte laut den von Juristen versicherungsrechtlichen Angaben dem Leben ein schnelles Ende setzen. Fällt man gleich ins Koma oder kann man bei rechtzeitiger Verständigung des Arztes noch gerettet werden? Auch die Klassifizierung der möglichen Nebenwirkungen spenden keinen Trost: „im Einzelfall“, „sehr selten“, „gelegentlich“...

Zwar liegt die Möglichkeit bei „sehr selten“ bei 0,1 Prozent, das heißt, höchstens ein Patient unter 1000 Anwendern muss mit einer Begleiterscheinung rechnen. Doch nach dieser genauen Analyse, bei der man seine mathematischen Fähigkeiten unter Beweis gestellt hat, drängt sich

Alle Achtung!



Carolin Reiber

Kleingedrucktes mit großer Wirkung

An dieser Stelle schreibt für Sie jeden Samstag die beliebte Fernsehmoderatorin Carolin Reiber. Heute geht es um ihr gespaltenes Verhältnis zu Beipackzetteln in Medikamentenpackungen.

sofort die Frage auf: „Und was, wenn gerade ICH zu diesen 0,1 Prozent gehöre?“ Die Entscheidung zwischen Schnupfen oder Koma fällt leicht. Der Grund, warum

jährlich rund 100 Tonnen Medikamente im Müll landen? Studien beweisen jedenfalls, dass alleine schon der Beipackzettel krank machen kann: Ein sensibler Patient leidet unter den beschriebenen Nebenwirkungen schneller als jemand, der unbefangenes das verschriebene Medikament schluckt. Eigentlich logisch.

Beipackzettel – sie werden sogar von Sammlern im Internet versteigert. Tatsächlich sind Aussagen wie „Bei gleichzeitiger Einnahme von Schlafmitteln kann es zu Müdigkeit kommen“ oder „gleichzeitiger Verzehr von hohen Maßen an Alkohol können die Sprachfähigkeit beeinträchtigen“ ein Quell der Heiterkeit!

Wer über eine gute Robustheit verfügt und zudem clever ist, kann sich nach Einnahme eines Medikaments den Beipackzettel aber auch zunutze machen: Desorientierung könnte schließlich bedeuten,

dass man unmöglich in der Lage ist, den Schreibtisch wie geplant aufzuräumen. Die Anweisung, auf körperliche Betätigung zu verzichten, würde Hausarbeit eigentlich unmöglich machen. Wie auch immer: Ich war nach meiner Zahn-OP eigentlich nur dankbar, dass mir geholfen werden konnte und ich nicht, wie ein Aborigine oder Amazonas-Bewohner, unter grässlichen Schmerzen leiden muss.

Wie auch immer: Der angst-einflößende Beipackzettel wäre ein Anlass, um schon im Vorfeld dafür zu sorgen, erst gar nicht krank zu werden. Wer zum Beispiel bei feuchtkaltem Wetter sein tiefes Dekolleté ausführt und stolz auf seine strumpfloßen Beine ist, braucht auf „Hatschi“ nicht lange warten...

In diesem Sinn – herzlich,
 Ihre Carolin

FRISUREN

Einmal wie Katie, bitte...

Ganz viele machen es, und den meisten Frisuren ist es ein Graus: Bilder aus Zeitschriften als Frisurenvorlage mitzubringen. Wir haben einen Experten gebeten, uns zu sagen, wie man wirklich zur Traumfrisur kommt.

VON VERENA BACH

München – Wie Katie Holmes Haarschnitt, so soll es aussehen. Auf dem mitgebrachten Zeitungsausschnitt glänzt der brünette Schopf der Schauspielerin bis in jede Haarspitze, ihr trendiger Bubikopf sitzt einwandfrei.

Im Alltag mag das aber ganz anders aussehen, sagt Bernhard Ries, Inhaber des Friseursalons Molotow-Haar-design in Schwabing (Marti-usstr. 5, 80802 München, 0 89 - 33 22 09). Für das Bild wurde die 29-Jährige ins perfekte Licht gerückt. Der Kurzhaarschnitt, der Katie Holmes' Gesicht schmeichelnd umgibt, schafft das jedoch nicht bei jeder Frau. „Er muss zum Typ passen“, sagt der Münchner Haarspezialist. In seinem Salon wird keiner Kundin ein Schnitt verpasst, der ihr nicht steht. „Wir setzen hier nicht alles auf den Kopf.“ Ehrlich beraten, das sei das A und O.

Das Bild eines Models in einem Magazin, eine Schauspielerin auf einer Videokassette, viele Frauen bringen Beispiele für Frisuren mit. Und die meisten haben eine genaue Vorstellung davon, wie viel der Friseur dieses Mal bei ihnen abschneiden soll. Experten wie Bernhard Ries und seine Mitarbeiterin Nina Pascoa de Castro sehen mit einem Blick indes sofort, ob sie mit einer bestimmten Länge oder einem gerade geschnittenen Pony tatsächlich das Beste aus einem Typ herausholen können. „Oft ändert eine Kundin schnell ihre Meinung, wenn sie hört, wie

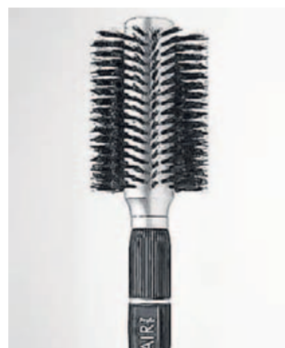


Das ist der Haarschnitt von Katie Holmes (Ehefrau von Tom Cruise), den so viele Frauen haben wollen.

Für jeden Zweck die richtige Bürste



Klassisches Allround-Talent für jeden Haartyp. Abgerundete Noppen massieren sanft die Kopfhaut und fördern die Durchblutung. Beugt statischer Aufladung vor.



Für langes Haar. Die professionelle Rundbürste mit Wildschweinborsten und ionisierten Nylonstiften wird mit den längsten Haaren fertig.



Tägliche Haarreinigung. Das Modell entfernt mühelos Rückstände wie Staub oder hartnäckige Stylingprodukte. Auch zur Vorreinigung vor dem Waschen.



Für kurzes und halblanges Haar. Die besondere Technologie verkürzt zudem die Trocknungszeit. Alle Bürsten Douglas, 19,95 bis 24,94 Euro.

lange sie jeden Morgen ihre dünnen Haare föhnen und stylen müsste, um so auszusehen wie die Schauspielerin in der Zeitschrift“, sagt die Haar- und Make-up-Stylistin. Anstatt gleich die Haare zu waschen, nehmen sich Ries und seine Mitarbeiterinnen

Zeit für ein Gespräch. „Sich kurz hinter die sitzende Kundin stellen und von oben auf den Kopf herabzuschauen, so kann ich niemanden in seiner Gesamtheit empfinden“, erklärt Ries. „Sitze ich aber einem Menschen gegenüber, nehme ich die erste Hürde

und stelle das Vertrauen her.“ Während dieses Wortwechsels achtet das Friseurteam nicht nur auf die Form des Kopfes oder darauf, wie die Haare fallen, sondern auch auf den persönlichen Stil einer Kundin. „Doch nur weil jemand ungeschminkt, in

Jeans und T-Shirt zu uns kommt, heißt das nicht, dass er oder sie sich immer eher leger kleidet“, sagt Ries. Der Friseur sollte sich unbedingt erkundigen, ob eine Kundin nicht den Rest der Woche eher vornehme Business-Kostüme trage. Ebenso ihre Ge-

Trend-Telegramm

Ein Regenmantel für den Sommer, dies ist der letzte Schrei im sonnigen Italien. Das meist kniekurz gehaltene Mäntelchen ist denn auch mehr ein schickes Mode-Detail als ein notwendiger Schutz gegen Niederschlag. So spricht man im Stiefelstaat auch von „Spolverino“ (Staubmantel). Die Palette der Sommer-Trenchcoats ist schier unerschöpflich: Vom klassischen weiß-beigen Modell aus typischem Regenmantelstoff über poppig gemusterte Stücke im Stil der 80er Jahre bis hin zur super-

kurzen Version in Schwarz-Weiß-Optik aus plastifiziertem Stoff ist zwischen Mailand und Messina alles zu haben.

In Japan lernen immer mehr Menschen in der U-Bahn Golfspielen. Wie das? Ganz einfach: Mit dem Handy. In der Mobilfunkhochburg erfreuen sich nämlich virtuelle Golfkurse auf speziellen Mobilfunkseiten wachsender Beliebtheit, wie die japanische Wirtschaftszeitung „Nikkei“ berichtet. Für eine Monatsgebühr von umgerechnet gerade einmal zwei



Golf lernen per Handy

Euro können sich Japaner direkt auf dem Bildschirm ihrer Handys Anleitungsfilme von Golflehrern oder auch Rat-

schläge fürs Lauf- und selbst fürs Judotraining anschauen.

In Italien, dem Land der politischen Instabilität, löst man seit jeher Probleme lieber kulinarisch. Letzter Schrei in Rom ist das Politiker-Brötchen. So bietet etwa ein Lokal in der Nähe des Petersdoms alle möglichen „Panini“ an, die den Vornamen von Politikern tragen. Da gibt es etwa die mit Mortadella und Käse belegten Semmeln „Romano“, benannt nach dem scheidenden Ministerpräsidenten Romano Prodi. „Walter“, nach dem neuen Spitzenkandidaten der Linken Walter Veltroni getauft,



Panini mit Politikernamen.

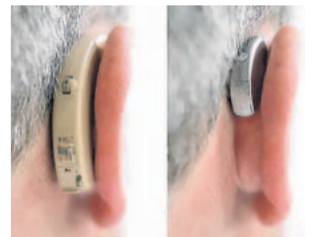
kommt ganz klassisch mit Tomaten und viel Mozzarella daher. **Mit Sicherheitsnadeln**

zierten zuletzt die Punks ihre Ohren. Jetzt ist die ungewöhnliche Schmuckidee wieder da – jedoch in der edlen Version mit Gold und Diamanten. Unter anderem wurden Top-Model Erin Wasson und Rockerin Courtney Love damit gesichtet, schreibt die „New York Times“. Ein bisschen teurer als herkömmliche Sicherheitsnadeln sind die Schmuckstücke allerdings. Ein Designer-Paar aus Weißgold mit schwarzen Diamanten besetzt kostet 895 Dollar (rund 613 Euro). Dazu passen dann zerrissene Jeans, die derzeit ebenfalls ein Comeback feiern.

DIE TÄGLICHE MEDIZIN

Heute: Geräte für ein gutes Gehör

Der Fernseher ist so laut, dass man ihn noch zwei Zimmer weiter hört. In Gesprächen haben die Gesprächspartner das Gefühl, ständig schreien zu müssen. Meist sind es dann die Angehörigen, die einen Schwerhörigen dazu drängen, sich untersuchen zu lassen. „Irgendwann geben die Betroffenen nach und kommen zum Ohrenarzt, um sich bestmöglich zu lassen, dass sie ganz normal hören“, sagt Jürgen Kießling, Professor für Audiologie an der Universität Gießen. Meist sei das jedoch nicht der Fall. Bundesweit leiden etwa 15 Millionen Menschen unter einer Hörminderung. Wenige nutzen jedoch die technischen Hilfsmittel – nur jeder fünfte trägt eine Hörhilfe. „Ein solches Gerät macht ein unsichtbares Gebrechen sichtbar“, sagt Kießling. Dabei sind Hörgeräte heute besser denn je – sowohl in ihrer Technologie als im Design.



Hörgeräte sind heute (re.) wesentlich kleiner als vor wenigen Jahren (li.). FKN

Digitale Technologie

Moderne Hörgeräte verwenden Digitaltechnologie. Sie wandeln akustische Signale in Computersprache um. Dadurch wird der Ton nicht nur lauter, sondern auch deutlicher. Ein digitales Hörgerät ist programmierbar, so dass es sich dem Hörprofil und den Bedürfnissen anpassen lässt. Die gebräuchlichsten Bauformen sind Geräte im Ohr und Geräte hinter dem Ohr. „Bei starker Schwerhörigkeit kommt nur ein Gerät hinter dem Ohr in Frage“, sagt Kießling. Bei anderen Hörstörungen könne der Patient zwischen beiden Formen wählen. Bei einem Hinter-dem-Ohr-Gerät sitzt die gesamte Elektronik im Gehäuse hinter der Ohrmuschel. Dieses war noch vor wenigen Jahren fleischfarben, klobig und hinderlich. Heute sind die Gehäuse klein und leicht. „Der Begriff Hörgerät passt nicht mehr“, sagt Marianne Fricke, Präsidentin der Bundesinnung der Hörgeräteakustiker in Mainz. „Wir sprechen von Hörcomputern und Kommunikationsassistenten.“

Geräte im Ohr

Die Verbindung zwischen dem Gehäuse und dem Ohr ist das Ohrpaspstück, ein Einsatz für den äußeren Gehörgang aus Kunststoff. Er ist von einem kleinen Plastikschlauch durchzogen, der den Schall vom Hörgerät zum Trommelfell weiterleitet. Geräte, die im Ohr sitzen, zeichnen sich durch miniaturisierte Technik aus. Je nach Ausführung können sie komplett im Gehörgang verschwinden. „Solche Geräte werden vor allem aus kosmetischen Gründen gewählt, sie verschließen jedoch den Gehörgang“, sagt Kießling. Dadurch entwickeln sich mehr Hitze und mehr Feuchtigkeit im Innern des Ohres. Auch klingende Stimmen und Geräusche blechern. sog/dpa



Farbprobe: Nina mit einer Kundin. FOTO: MARCUS SCHLAF