



„Von der Bioresonanz halte ich nicht sehr viel“

Thomas Walser,
Hausarzt

chemisches Mittel sein

Die Beschwerden nehmen meistens deutlich ab», sagt Gilli. Auch hier liegen erste Studienresultate vor. Eine 2015 veröffentlichte australische Studie mit 175 Teilnehmern ergab, dass eine vierwöchige Akupunkturtherapie wirken kann.

Gilli rät, sich bereits im Winter behandeln zu lassen, bevor Pollen fliegen. «Das braucht etwas Geduld. Man spürt aber über mehrere Jahre eine kontinuierliche Verbesserung.» Manche Therapeuten würden dazu chinesische Kräuter verabreichen, die helfen könnten, sagt sie.

Manche Betroffene versuchen es mit einer Bioresonanztherapie. Die Methode geht davon aus, dass der Körper elektromagnetische Schwingungen aussendet. Bei einer Krankheit verändern sich diese Schwingungen. Der Therapeut behandelt die Beschwerden mit

Signalen, um die negativen Schwingungen zu vermindern. Die Methode ist umstritten, Studien brachten bisher keine Klärung.

«Therapeutischer Unsinn»

Naturheilpraktiker Hans Ruedi Aeberli sagt zwar, er habe gute Erfahrungen mit Bioresonanz gemacht. Für den Zürcher Hausarzt Thomas Walser steht allerdings fest: «Ich halte nicht sehr viel von dieser Methode.» Die Fachkommission der Schweizerischen Gesellschaft für Allergologie und Immunologie betitelte Bioresonanz bereits vor zehn Jahren als «diagnostischen und therapeutischen Unsinn».

Muriel Gnehm

Der Gesundheitstipp hat ein Merkblatt zum Thema zusammengestellt. Download unter www.saldo.ch → Service → Merkblätter.

TIPPS

Das hilft bei Heuschnupfen

- Spülen Sie Ihre Haare vor dem Zubettgehen.
- Halten Sie das Schlafzimmerfenster geschlossen oder befestigen Sie am Fenster einen Pollenfilter.
- Nehmen Sie Ihre Kleider nicht ins Schlafzimmer.
- Trocknen Sie Wäsche nicht draussen.
- Lüften Sie nur morgens kurz die Wohnung.
- Tragen Sie draussen eine Sonnenbrille.
- Nutzen Sie die Zeit nach einem starken Regenfall für einen Spaziergang.
- Treiben Sie Sport drinnen, nicht draussen.
- Reisen Sie in der Pollensaison ans Meer oder in die Berge.

Nur Teilverbot von Triclosan

Nach der EU verboten auch die Schweiz Triclosan. Aber erst 2017 und nur in Desinfektionsmitteln. In Kosmetika bleibt die heikle Substanz erlaubt.



Zahnpasta: Enthält Triclosan

Die umstrittene Chemikalie Triclosan ist ab kommendem Jahr in der Schweiz als Desinfektionsmittel verboten. Das bestätigt das Bundesamt für Gesundheit auf Anfrage von *saldo*. Die Hersteller dürfen den umstrittenen Stoff ab Mitte Februar 2017 zum Beispiel nicht mehr antibakteriellen Reinigungsmitteln, Seifen oder Abfallbeuteln beifügen.

Hintergrund ist ein Entscheid der EU-Kommission. Sie erliess Ende Januar ein entsprechendes Verbot.

Triclosan steht laut der Vereinigung Schweizer Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz im Verdacht, Hormone zu beeinflussen und krebserregend zu sein. Zudem soll der Stoff Spermien, Leber und Muskeln schädigen, sich im Körper anreichern und Antibiotikaresistenzen auslösen können.

Martin Forter von der Vereinigung Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz begrüsst das Teilverbot als «Schritt in die richtige Richtung». Er fordert jedoch ein generelles Verbot. In der Schweiz ist Triclosan

in Kosmetika bis zu einer Konzentration von 0,3 Prozent weiterhin erlaubt («K-Tipp» 13/15). So findet sich der Stoff auch in Zahnpasten, Duschgels oder Fusscremes. Daran ändert auch das Biozid-Verbot nichts, da Kosmetikartikel generell davon ausgenommen sind.

Konsumenten sollten daher beim Kauf von Kosmetikartikeln weiterhin auf die Liste der Inhaltsstoffe schauen. Die nötigen Informationen liefert die Produktdatenbank www.codecheck.ch oder eine ständig aktualisierte Liste mit triclosanhaltigen Kosmetikartikeln unter www.aefu.ch.

Eric Breitterger