Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 60 (1982)
Heft: 3

Rubrik: Sie fragen - wir antworten

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Sie fragen— wir antworten

Hier beantworten Fachleute Fragen von Abonnenten, die auch für andere Leser von Interesse sind. Dieser Leserdienst ist für Sie unentgeltlich. Benützen Sie die Gelegenheit!

AHV-Information

Rentenberechnung 1982

Bei privaten Pensionskassen wird die Rente gewöhnlich in **Prozenten** des **letzten** Lohnes berechnet; man weiss also, was man zu erwarten hat. Bei der AHV aber kann einem niemand sagen, wie hoch die Rente einmal sein wird. Und doch sollte man beizeiten ein Ruhestandsbudget aufstellen können. Wie wird die Rente überhaupt berechnet?

Werner M., 3027 Bern

● *Bei den meisten Pensionskassen muss jede Lohnerhöhung durch eine Nachzahlung in die Versicherung* ***eingekauft*** *werden; deshalb wird die Rente in der Regel in % des letzten (versicherten) Lohnes berechnet.*

● *Bei der AHV dagegen richtet sich die Höhe der Rente nach dem* ***Durchschnitts****-Einkommen, auf welchem der Versicherte* ***seit 1948*** *bzw. seit seinem 20. Altersjahr Beiträge entrichtet hat. Ein* ***Allein****stehender erhält vorerst einen festen Betrag von 496 Franken pro Monat; dazu kommen 20% des erwähnten Durchschnittseinkommens. Da dieses aber auch die früher sehr bescheidenen Einkommen umfasst, muss es zuerst dem* ***heutigen Lohnniveau angepasst*** *werden; für Versicherte, welche im Jahre 1982 das Rentenalter erreichen, werden z. B.* ***220%*** *des wirklichen Durchschnittseinkommens für die Rentenberechnung berücksichtigt.*

● *Wenn der Versicherte in den 34 Jahren von 1948 bis 1981 z. B. durchschnittlich 15 895 Franken verdient (und darauf auch Beiträge bezahlt) hat, werden der Rentenberechnung somit* ***2,2 mal*** *15 895 = 34 968 Franken, d. h.* ***2914 Franken pro Monat*** *zugrunde gelegt.*

● *Die Rente setzt sich dann wie folgt zusammen:*

Fester Betrag (wie oben)	*Fr. 496*
20% v. Fr. 2914 Monatseinkommen	*Fr. 583*
Einfache *Altersrente ab 1982*	*Fr. 1079.*

(Min. Fr. 620, Max. Fr. 1240)

Die übrigen Renten betragen, in % der einfachen Rente bzw. in Franken:

	%	Min.	Max.
Ehepaar-Rente	*150*	*930 –*	*1860*
Witwenrente	*80*	*496 –*	*992*
Kinder- oder Waisenrente	*40*	*248 –*	*496*

● *Diese Rechnung gilt aber nur bei* ***ununterbrochener*** *Beitragszahlung. Versicherte, welche – z. B. wegen Auslandaufenthalt –* ***weniger als 34 Jahre*** *lang Beiträge bezahlt haben, erhalten nur eine entsprechend den* ***fehlenden*** *Beitragsjahren* ***gekürzte*** *Rente (Teilrente).*

● *Die Rente kommt nicht «automatisch». Wer das Rentenalter erreicht, muss sich bei der* ***letzten*** *Ausgleichskasse* ***anmelden*** *und seinen grauen* ***Versicherungsausweis*** *beilegen. Von den darin aufgeführten Ausgleichskassen werden nun die* ***Individuellen Konten*** *zusammengezogen; sie enthalten die in den Jahren 1948–1981 aufgezeichneten Löhne, aus welchen der für die Rente massgebende Durchschnitt ermittelt wird.*
Je nach den persönlichen Verhältnissen (ledig, verheiratet, evtl. minderjährige Kinder) wird die Rente festgesetzt und nach Wunsch des Versicherten durch die Post ausbezahlt oder auf ein Postcheck- oder Bankkonto überwiesen.

● *Wer mit der Rentenverfügung nicht einverstanden ist, kann bei der kantonalen Rekursbehörde* ***Beschwerde*** *erheben; gegen deren Entscheid ist eine* ***Verwaltungsgerichtsbeschwerde*** *an das Eidgenössische Versicherungsgericht in Luzern möglich.*

Karl Ott

Ärztlicher Ratgeber

Schuppenflechte

Was kann gegen Schuppenflechte getan werden?

Herr H. V. in Z.

Schuppenflechte ist glücklicherweise nicht ansteckend, aber, schubweise sich ausdehnend, recht beschwerlich. Man spricht heute von einem neuen «Allheilmittel» (Tigason) oder Kuren im Toten Meer, von bestimmten Ultraviolett-Be-

strahlungen, vom Beachten einer guten, angeregten Lebertätigkeit (Lebertee trinken) usw. Wir empfehlen Ihnen aber vor allem, Kontakt aufzunehmen mit der Schweizerischen Psoriasis-Gesellschaft, Postfach 205, 8039 Zürich, und um entsprechende neueste schriftliche Unterlagen zu bitten. So werden Sie aus erster Hand von Fachleuten und Leidensgenossen Neuestes und Wissenswertes erfahren.

Harnverhalten

Ich bin 62 Jahre alt und leide an Harnverhalten; d. h. ich kann, gemessen an der Trinkmenge, nur wenig Wasser lösen.

Seit ca. zwei Wochen ist der Urin trüb und stark riechend. Morgens sind Hände und Augen geschwollen, zeitweise habe ich Kopfweh, Schmerzen in den Schultern, in Hand- und Fussgelenken.

Während der Nacht leide ich an Schweissausbrüchen und Herzstolpern, starker Ausdünstung, und die Gewichtszunahme beträgt bis zu zwei Kilo pro Tag.

Ich trank Bärentraubenblättertee. Der Urin wurde dunkel-trüb und sehr übelriechend. Ich hörte sofort mit Teetrinken auf, trotzdem hat sich der Zustand weitgehend gebessert.

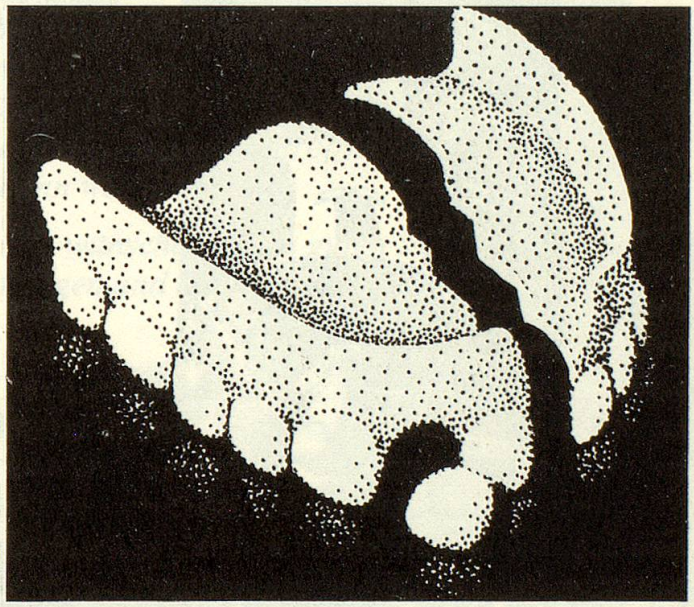
Vor ca. 2 Jahren litt ich an einer Hepatitis und lebe seither fast ganz Diät. *Frau G. H. in W.*

Beobachten Sie weiterhin genau, welche Speisen oder Getränke bei Ihnen harntreibend wirken (Haferschleim, Reis, geschwellte Kartoffeln, Hagenbuttentee, Lindentee usw.). Halten Sie sich streng an diese Nahrungsmittel. Offensichtlich hat letztlich auch der Bärentraubenblättertee gut getan, benützen Sie ihn wieder! Ebenso lohnt sich ein Versuch mit Rheuma-Tee. Bei einer täglich gut funktionierenden Darmentleerung wird zusammen mit den Ballaststoffen reichlich Flüssigkeit ausgeschieden, auch beim Schwitzen (nachts und tags) natürlich. Eine gute Herztätigkeit, reichlich bemessene Liegezeiten (bei erhöhtem Bettende) sind Vorbedingungen für verbesserte Nierenfunktion.

Trinken Sie täglich nebenbei 1½ Liter Flüssigkeit, freilich, dies kann zu einer «harten Arbeit» werden. Jedoch, wenn die Nieren stets gut durchgeschwemmt sind, brauchen Sie dann dem Geruch des Urins (eine recht wechselnde, von vielen Umständen abhängige Eigenschaft) keine Bedeutung mehr beizumessen. Haben Sie eine Blut- und Urinkontrolle beim Hausarzt durch-

... für Sie notiert:

- Gegen Rheuma-, Muskel- und Gelenkschmerzen, Ischias oder Kreuz-, Gicht- und Nervenschmerzen hilft Balsam-Acht zum Einreiben. Mit diesem wirksamen Balsam-Acht schwinden die Schmerzen schnell, die Muskeln lockern sich, die Gelenke werden beweglicher. Balsam-Acht zum Einreiben, flüssig oder in der Tube.
- «Ich fühle mich so aufgebläht...», hört man ganz besonders ältere Leute viel klagen. Nehmen Sie bei Blähungen die bewährten Antiflatulenz-Tabletten und Sie spüren, wie die lästigen Druckgefühle, das Völlegefühl und die Beklemmungen rasch verschwinden. Diese Antiflatulenz-Tabletten verhüten und beseitigen auch Magendruck, Gärungen und Brechreiz. Schnelle Hilfe bringen Ihnen die Antiflatulenz-Tabletten auch beim empfindlichen Magen und Darm.
- Gegen schwere, müde und schmerzende Beine, bei Durchblutungsstörungen und Kreislaufbeschwerden in den Beinen kann Ihnen Venenkraft helfen, denn dieses wirksame Mittel fördert die Durchblutung in den Venen und verhindert das Auftreten von Venenstauungen, Müdigkeit, Schweregefühl, Einschlafen der Glieder, Krampfadern und lästigen, schmerzhaften Hämorrhoiden mit Juckreiz und Schwellungen. Venenkraft-Tonikum und Venenkraft-Dragées in Apotheken und Drogerien.
- Gegen Verstopfung hilft Dr. Richter's Kräutertee. Die Darmträgheit wird mühelos behoben. Neu: Dr. Richter's Kräutertee in Filterbeuteln und als wirksamer sofortlöslicher Instanttee. In Apotheken und Drogerien.



Reparieren Sie es selbst – technisch einwandfrei und dauerhaft!
Unerlässlich für Reisen und über Feiertage.
Für Ihre Sicherheit!

BONYPLUS®

In Apotheken und Drogerien.

führen lassen? Er wird feststellen können, ob vorübergehend eine medikamentöse Desinfektion der Harnwege verordnet werden sollte oder ob zeitweise stärker ausscheidende Medikamente genommen werden müssen. Die Rheuma-Schmerzen, über die Sie klagen, scheinen erheblich zu sein. Eine Bäderbehandlungszeit in einem Bädersanatorium brächte Ihnen gewiss wesentliche Erleichterung (jährlich einmal während drei Wochen). Und nun noch eine wichtige Frage: streben Sie zugunsten Ihrer Gesundheit Ihr Idealgewicht an? Von Herzen baldige Besserung!

Tränende Augen

An der Wärme fliessen meine Augen immer über. Da ich beide Tränenkanäle verstopft habe, ist das ein lästiges Übel. Ich wurde vor 15 Jahren an einem Augenwinkel bestrahlt, seither ist er verklebt, am andern Auge hat man das Tränensäcklein versetzt. Ich musste schon beide Augenlider hinaufnehmen lassen, nur weil man versucht hat, mein Leiden mit Durchstechen zu heilen. Ich habe immer entzündete Augen. Vor drei Jahren war ich bei einem Professor, um mich beraten zu lassen. Er sagte, am bestrahlten Auge dürfe man nichts mehr machen. Ich habe Augentropfen, doch nützen sie nicht viel. Ich frage mich, ob ich noch zu einem anderen Facharzt gehen soll, denn ich habe gehört, dass diese Operationen heute gelingen. Aber ich habe Angst vor einer neuen Operation.

Sie haben mich so beruhigt, als ich Sie um einen Rat wegen des «Mückentanzens» vor den Augen anfragte, dass ich jetzt wieder wage, Ihnen zu schreiben. *Frau M. B. in B.*

Natürlich sollen Sie nichts unversucht lassen, um das langjährige Augenleiden verbessern zu können. Es ist daher ein durchaus richtiger Entschluss, wenn Sie in Ihrer grossen Not noch einen zweiten Spezialarzt oder die Universitätsaugenklinik (öffentliche Sprechstunde) zu Rate ziehen. Melden Sie sich so bald wie möglich zu einer Konsultation an! Gewiss gibt es eine neue Möglichkeit, Ihr Leiden zu ändern, wenigstens für jenes Auge, in dessen Umgebung keine Bestrahlung vorgenommen wurde. Inzwischen sollten Sie aber auch selbst einen Versuch zur Linderung unternehmen, z. B. mit Optrex-Augenkompressen, bzw. mit Aufschlägen unter Verwendung von Zellers Augenwasser.

Die entzündliche Rötung würde sich sicher dadurch beruhigen und damit auch der Tränenfluss. Jeweils zu Beginn der Mittagsruhe und abends beim Zubettgehen sind die Anwendungen bei geschlossenen Augen liegend durchzuführen.

Übrigens ein bewährtes Hausmittel zur Erfrischung und Stärkung der Augen besonders beim «Mückentanzen»: Eine saubere Schüssel mit lauwarmem Wasser und gerade so viel Salz, wie man zu einer angenehm schmeckenden Suppe verwenden würde, richten – täglich während einer Minute bei geöffneten Augen das Gesicht eintauchen – gut abtropfen lassen – das Gesicht dann warm halten!

Wir wünschen Ihnen guten Mut für Ihre Bemühungen und dann eine spürbare Besserung.

Dr. med. E. L. R.

Danilo-Senioren-Ferien-Plausch

Juni bis Oktober

DANILO Hotel

SAVOGNIN

Ihr Senioren-Ferien-Plausch interessiert mich.
Bitte senden Sie mir die detaillierten Unterlagen.

Vorname/Name _____

Adresse _____

_____

Bitte ausfüllen und einsenden an:
Danilo Hotel, 7451 Savognin, Tel. 081/74 14 66