Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 63 (1985)

Heft: 1

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: 12.07.2025

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

Eigener Rentenanspruch der Ehefrau eines invaliden Ehemannes?

Wir sind beide 60 Jahre alt. Mein Mann bezieht seit einigen Jahren eine Invalidenrente. Vor der Invalidierung bezog er aus einem Nebenerwerb ein bestimmtes Einkommen und bezahlte darauf AHV-Beiträge. Nach der Invalidierung wird dieser Nebenerwerb durch die Frau ausgeübt und die AHV-Beiträge müssen von ihr bezahlt werden. Der Mann zahlt seinerseits als Nichterwerbstätiger AHV-Beiträge (wobei allfällig vorhandenes Vermögen in die Beitragsberechnung miteinbezogen wird). Welchen Rentenanspruch habe ich mit 62 Jahren? *Frau T. H.*

Wird die Frau 62 Jahre alt, so entsteht nicht etwa ein eigener Anspruch auf eine Altersrente, sondern die bisher einfache Invalidenrente wird umgewandelt in eine Ehepaar-Invalidenrente. Zu deren Berechnung werden auch allfällige AHV-Beiträge der Frau beigezogen. Dabei kann die Frau die Auszahlung der Hälfte der Rente an sie selber beanspruchen.

Der Mann bleibt weiterhin bis zum 65. Altersjahr beitragspflichtig, auch als Nichterwerbstätiger. Erzielt die Frau ein Erwerbseinkommen von mehr als 1000 Franken monatlich, so ist der überschiessende Teil beitragspflichtig, er trägt aber nicht zur Rentenverbesserung bei.

Aus dieser schematisierten und etwas vergröberten Darstellung möge Frau T. H. die Antwort auf die Fragen selber herauslesen. Genügt das nicht, so gibt die für den Mann oder die Frau zuständige Ausgleichskasse gerne Auskunft. Jedenfalls kann grundsätzlich bestätigt werden, dass ein Ehepaar nicht gleichzeitig eine Invaliden- und eine AHV-Rente beziehen kann. *Franz Hoffmann*

Ärztlicher Ratgeber

Arthritische Kniebeschwerden

Als «Knie-Arthritiker» plagten mich auf längeren Spaziergängen mit gewöhnlichen Wander- oder Halbschuhen schon bald einmal empfindliche Knieschmerzen. Da machte ich einen Versuch mit einem Paar der neuen, ultraweichen «Jogging-shoes» und hatte nach wenigen Minuten keine Schmerzen mehr! Seither kann ich auch längere Wanderungen beschwerdefrei unternehmen. Was meint der Arzt dazu?

Herr R. J. in Z.

Wie gut, dass Sie auf diese von der älteren Generation noch nicht entdeckte Wohltat aufmerksam machen! Zwar wurden an einem Stand der «Vita Tertia» in Basel 1982 die dänischen «Jacoform»-Schuhe für Herren und Damen vorgeführt, welche auch im normalen Alltag, auf der Strasse und zu Hause getragen werden können und die gleichen Vorteile wie die «Jogging-shoes» haben: sehr weiche, dicke, elastische Sohle, tiefliegendes Fersenbett, so dass man wie auf Rasen geht, fester Halt für den oberen Mittelfuss, völlig freie Zehen und ein perfektes Fussbett. Alle diese Gegebenheiten sichern eine ideale Funktion und Belastung der empfindlichen (oft arthrotischen) Kniegelenke. Die Gelenkflächen und der sie umgebende Bänder- und Muskelapparat werden nicht mehr einseitig und punktuell (wie z. B. besonders bei hohen Absätzen) beansprucht, sondern vollumfänglich. Die hierdurch entstehende Gewichtsverlagerung (Jedes Knie trägt auf seinen kleinen Gelenkflächen das halbe Körpergewicht! Also «Idealgewicht» anstreben!) auf jeden Quadratzentimeter des Gelenkknorpels wirkt anregend und schmerzlindernd.

Bewährte Marken wie «Puma», «Adidas», «Nike» usw. führen Modelle in vielen Formen – das eigentliche Joggen sollten Sie jedoch jüngeren Jahrgängen überlassen. Ältere Wanderer werden die bunten Jogger-Schuhe im Alltag weniger gern tragen; sie werden eher zu den allerdings ziemlich teuren «Jacoform»- oder allenfalls auch zu «Dansko»-Schuhen in den traditionellen Farben Braun oder Schwarz neigen.

Schmerzen nach Hüftoperationen

Vor vier Jahren wurde die eine Hüfte operiert, zwei Jahre später die andere. Obwohl alles «normal» verlief und ich mich sehr auf das Wandern

freute, traten die Schmerzen wieder auf, ebenso war die Oberschenkelmuskulatur sehr geschwächt. Spritzen und Physiotherapie nützten nichts. Seit einem Unfall ist auch eine Seite des Unterleibs geschwollen, obwohl das Röntgenbild keinen Schaden zeigte. Was kann ich bloss tun? *Frau H.-T. in R.*

Leider gelingt es trotz guter Technik und grosser Erfahrung nicht immer, eine völlig schmerzlos und frei bewegliche Hüftprothese durch die Operation zu erreichen. Viele Faktoren, auch die mehr oder weniger gute Heilungstendenz in Ihrem Körper und die Funktionstüchtigkeit von Muskeln und Bändern um die Hüften, spielen eine Rolle. Vor allem übertragen sich die Rückenbeschwerden bis heute auch in den Bereich der Hüften und Oberschenkel. Ob nicht Moor- oder Heublumen-Bäder Erleichterung bringen? Behandeln Sie Schwellungen und Schmerzen an der Aussenseite der Oberschenkel mit Wärme (heisse Kompressen), an der Innenseite mit Kälte! Denn dort verlaufen die leicht entzündlichen Venenstränge. Benützen Sie den Stock auf der Seite der besseren Hüfte, so entlasten Sie die schmerzhaftere Seite. Recht gute Besserung!

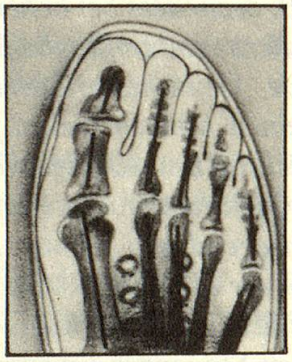
Sehverlust nach Operation

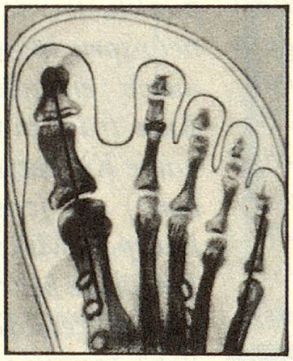
Nach einer Operation (nicht am Auge) mit einer zu starken Narkose liess meine Sehschärfe in die Ferne sofort sehr stark nach. Gibt es eine Möglichkeit, das frühere Sehvermögen wieder herzustellen? *Herr F. Z. in T.*

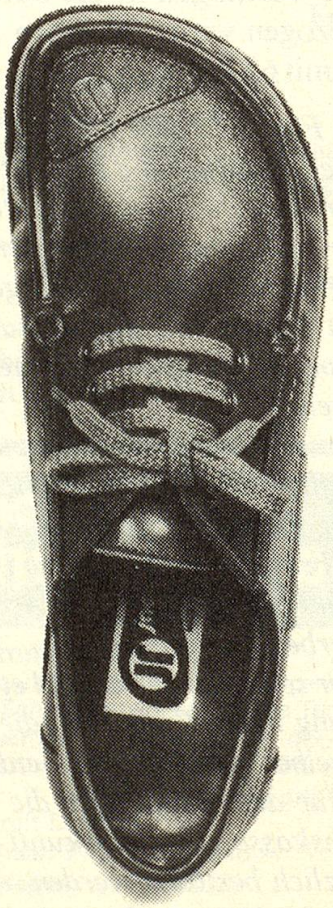
Vielleicht hat sich inzwischen Ihre Sehschärfe gebessert, und Ihr Problem ist nicht mehr vorrangig. Vielleicht mussten Sie sich eine schärfere Brille verordnen lassen – dann tragen Sie aber dennoch so oft wie möglich die schwächeren Gläser! Folgende Massnahmen stärken die Augen- und Sehkraft: Jeden zweiten Monat eine Kur mit Rovigon-Kaudragées (Vitamin A und E), Verwendung von Rüeblisaft, mittags und abends Optrex-Augenkompressen (oder Kompressen mit Zellers Augentropfen) während ½ bis 1 Stunde auflegen, Nakken-(Bürsten-)Massagen, Nacken-Fangopackungen, untertags leichtes Massieren von Schläfen und Augenbrauen (von der Nasenwurzel her), genug Schlaf bei optimaler Nackenlagerung. Durchblutungsfördernd wirken Cinnageron-Tabletten (rezeptpflichtig). Möge diese oder jene Anregung Ihnen nützlich sein!

Dr. med. E. L. R.

jacoform







Die Zehen haben genügend Spielraum, um sich wie beim Barfussgehen bewegen zu können. Die ganze Sohle folgt elastisch der Fussbewegung. An Absatz und Fusspitze ist die Sohle abgeflacht, um einen natürlichen Abrollvorgang zu ermöglichen.
– Garantie für bestes Qualitätsleder, für sorgfältigste Verarbeitung und für gediegene Handarbeit!

GUBSER & MANEGA Aemtlerstr. 164
T. 01/491 14 64 8040 Zürich

Freiheit für die Füsse