Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 83 (2005)
Heft: 1-2

Artikel: Gesunde Wetterprognosen
Autor: Caderas, Barbara
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-721915

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: 16.07.2025

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

BILD: MARTIN GUGGISBERG

Wetterexperten: Die Meteorologen Marco Stössel (links) und Thomas Bucheli sagen mehr als nur Regen und Schnee voraus.

Gesunde Wetterprognosen

Kinder reagieren anders aufs Wetter als ältere Menschen, Frauen fühlen es häufiger als Männer. Davon betroffen sind aber fast alle. Darum haben Zeitlupe, Meteo/ SF DRS und Similasan das Produkt VitaMet lanciert, ein Portal für Wetterfühlige.

VON BARBARA CADERAS

Der Wetterbericht im Fernsehen, Radio oder in den Zeitungen gibt in erster Linie Auskunft darüber, ob in den nächsten Tagen eine Jacke, ein Regenschirm oder eine Sonnencreme erforderlich ist. Wetterbericht ist aber nicht gleich Wetterbericht. Sagt der Meteorologe ein Tiefdruckgebiet, einen Wetterumschwung oder Föhn an, wissen viele Menschen gleich, was das für sie bedeutet. Gelenkschmerzen, Gemütsschwankungen, Herz- und Kreislaufbeschwerden, Migräne oder Schlafstörungen sind nur einige der physischen und psychischen Symptome, die gewisse Wetterlagen hervorrufen können. Der Wetterbericht wird also häufig zum Gesundheitsbericht.

Lange Zeit wurde die Wetterfühligkeit angezweifelt. Studien haben jedoch den meteorologischen Einfluss auf das Wohl- oder Unwohlsein vieler Frauen und Männer bewiesen. Dabei wird die Bevölkerung in drei verschiedene Beschwerdegruppen eingeteilt: die Wetterreagierenden, die Wetterfühligen und die Wetterempfindlichen. Der Körper beispielsweise sorgt automatisch für eine konstante Temperatur von rund 37 Grad. Er reagiert ununterbrochen auf die Aussentemperaturen, gleicht Hitze und Kälte aus. Bei den Menschen, die aufs Wetter reagieren, zu

VitaMet ist eine neue Dienstleistung von METEO ZEITLUPE Similasan

DAS IST VITAMET

Föhn, Hochdruck, Nebel und Bise beeinflussen unser Wohlbefinden. Die Meteorologen von SF DRS bieten zusammen mit der Zeitlupe und den Homöopathie-Experten von Similasan im Internet und auf Teletext einen neuen, detaillierten Service. Dieser liefert wetterfühligen Menschen Prognosen und zeigt ihnen einfache Gegenmassnahmen auf, wie sie den gesundheitlichen Auswirkungen begegnen können.

denen wir alle zählen, sind solche Reaktionen zwar messbar, werden aber in vielen Fällen gar nicht bewusst wahrgenommen. Die Wetterfühligen haben weitaus mehr Mühe mit Wetter und Klima. Sie klagen über immer wieder auftretende Beschwerden wie Kopfschmerzen bei Föhn, depressive Verstimmungen bei Nebel oder Schlafstörungen, wenn das Wetter umschlägt. Am meisten leiden jedoch die Wetterempfindlichen, Menschen mit einem geschwächten Organismus wie etwa Rheuma- oder Asthmapatienten sowie kranke oder ältere Menschen, die bei gewissen Wetterlagen schmerzhafte Anfälle erleiden.

Das Wetter wirkt sich aber nicht nur negativ auf den menschlichen Organismus aus. Am besten geht es uns bei stabilem, sonnigem Wetter mit Temperaturen von 18 bis 24 Grad. Auch der gesundheitsfördernde Effekt einer Klimakur in den Bergen oder am Meer ist schon seit Jahrhunderten bekannt.

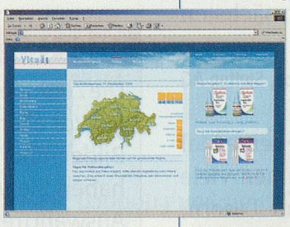
Vom Wetter und seinen Auswirkungen

Wetterfühligkeit beschäftigt nicht nur Meteorologen und Mediziner, sondern vor allem die Betroffenen, zu denen auch viele ältere Menschen gehören. Aus diesem Grund initiiert die Zeitlupe in Zusammenarbeit mit Meteo/SF DRS und Similasan ein überaus detailliertes und wohl einmaliges Projekt: VitaMet (Vita = Leben, Met, also Meteo, Meteorologie = Wetterkunde, Wissenschaft des Wettergeschehens). Emil Mahnig, Chefredaktor der Zeitlupe, begründet die Lancierung so: «Vor allem ältere Menschen spüren das Wetter und klagen über entsprechende Beschwerden. Ihnen soll VitaMet Aufklärung und Hilfe bieten.»

VitaMet will den Interessierten die Zusammenhänge zwischen den verschiedenen Wetterlagen – inklusive klimabedingten Erscheinungen – und möglichen körperlichen oder psychischen Reaktionen darauf aufzeigen. Prognosen ermöglichen den Betroffenen, sich darauf einzustellen oder etwas dagegen zu unternehmen. Denn VitaMet orientiert auch über homöopathische Produkte, die zur Linderung von wetterabhängigen Beschwerden und Belastungen beitragen können. Die beiden Meteorologen des Schweizer Fernsehens DRS Marco Stössel (Projektleiter) und Thomas Bucheli haben zusammen mit Zeitlupe und Similasan dieses Produkt entwickelt und aufgebaut. Sie und ihre Fachkolleginnen und -kollegen der DRS-Wetterredaktion werden künftig aus ihren Prognosen zusätzlich die zu erwartenden Wetterfühligkeitssymptome herausschälen und auf den verschiedenen Plattformen von VitaMet verbreiten.

Der Partner im medizinischen Bereich ist Carlo Odermatt von Similasan (dipl. Drogist, Homöopath). Er gibt Tipps, welche homöopathischen Heilmittel bei den verschiedenen Beschwerden, die durch die aktuelle Wetterlage ausgelöst oder verschlimmert werden, helfen könnten. Die primäre Aufgabe der Zeitlupe ist es, für ihre Leserinnen und Leser in jeder zweiten Ausgabe (April, Juni, September, November) die saisonalen Erscheinungen und Erkenntnisse zusammenzufassen.

Nie wieder Kopfschmerzen bei Föhn oder keine Schlafstörungen mehr bei Wetterumschwung kann VitaMet nicht versprechen. Diese neue Plattform versucht, die Zusammenhänge zwischen dem Wetter und den physischen und psychischen Reaktionen darauf verständlich darzustellen und zu erklären sowie ein paar Lösungsvorschläge anzubieten. Ein ärztliches Gutachten ist VitaMet jedoch nicht und macht auch den Besuch beim Arzt für eine genaue und persönliche Prognose keinesfalls überflüssig. ■



NEUE PLATTFORMEN

VitaMet finden Sie im Teletext ab Seite 580 und auf dem Internet (www.vitamet.ch). Die Informationen werden täglich aktualisiert.

Teletext Die Teletext-Seiten informieren über den Stärkegrad von Beschwerden, die am jeweiligen Tag je nach Region auftreten können. Im Zentrum stehen Atem- und Gelenkbeschwerden, Gemütsschwankungen, Grippe/Erkältung, Herz- und Kreislaufprobleme, Kopfschmerzen und Schlafstörungen. Und gleichzeitig finden die Teletext-Besucherinnen und -Besucher Hinweise, wie sie den Leiden Abhilfe schaffen können. Pollen, Ozon, UV-Strahlen und Windchill (Unterschied zwischen der tatsächlichen und der gefühlten Temperatur) haben ebenfalls Auswirkungen auf unser Befinden. Auch die Mondphasen, der Bienenflug oder die Anzahl von Mücken oder Wespen beeinflussen unser Leben. Hintergrundinformationen zu diesen Themen finden Sie auf mehreren Teletext-Seiten.

Internet Auf der Homepage von VitaMet wird das Thema Wetterfühligkeit noch ausführlicher erklärt. Schweizer Karten zeigen die Zusammenfassung der Gesamtbelastung auf, und Querverweise führen detailliert auf die verschiedenen Beschwerden weiter, die im Teletext erscheinen. So wird etwa bei den Gemütsschwankungen auf die Untergruppierungen depressive Verstimmung, Krämpfe und Koliken sowie Reizbarkeit eingegangen. Oder die Gelenkbeschwerden werden in Entzündungen, Phantomschmerzen und rheumatische Beschwerden eingeteilt. Auch die Themen Pollen, Ozon, UV-Belastung und Windchill sowie weitere saisonale Erscheinungen werden aufgenommen und vertieft.

Interessante Zusatzinfos und nützliche Tipps machen das Surfen auf www.vitamet.ch noch spannender. Natürlich fehlen auch die homöopathischen Therapiehinweise auf den Internet-Seiten nicht.