

16. MITTWOCHFORUM

Gesunde Arterien braucht der Körper!

SCHAAN – Das Herzleiden ist eine der häufigsten Erkrankungen unserer Zeit. Der grösste Anteil dieser Erkrankungen steht im Zusammenhang mit der Arteriosklerose, der Verkalkung der Gefässe im arteriellen Kreislauf. Eine riesige Industrie einschliesslich grosser Klinikkomplexe kümmert sich um Diagnose, Therapie, Versorgung und Prophylaxe – nicht immer mit Erfolg. Gerade bei Herzkrankheiten ist der Glaube an technische Machbarkeit besonders gross, dabei wird vergessen, dass vieles von einer

 **Liechtensteinische Landesbank** 1861

Hauptsponsor

gesunden Lebensweise und eigener Aktivität abhängt. Das 16. Mittwochforum der Ärztekammer am Mittwoch, den 5. Dezember, um 19.30 Uhr im Vaduzer Saal (freier Eintritt) befasst sich mit dem Thema Cholesterin und Arteriosklerose. Eine Arterienverkalkung ist zwar nicht heilbar, lässt sich aber durch vorbeugende Massnahmen vermeiden. Bislang sind keine Wirkstoffe bekannt, die vorhandene Verkalkungen beseitigen und die starren Gefässwände wieder elastisch machen können. Das Fortschreiten der Arteriosklerose lässt sich aber deutlich verlangsamen, indem man die Risikofaktoren durch Änderung der Lebensweise oder medikamentös beeinflusst. Die Arterienverkalkung ist in der Regel ein natürlicher Alterungsprozess. Ebenso gilt die Arteriosklerose als schleichender und stiller Feind der Gesundheit, weil sie selbst keine Beschwerden verursacht. Erst wenn sich der Blutfluss in den Gefässen deutlich verringert, können bestimmte Symptome auftreten. «Fast alle Menschen sind von Arteriosklerose betroffen, unabhängig vom Alter», führt der Experte Dr. Peter Rheinberger, Facharzt für Innere Medizin aus. «Sie beginnt sozusagen vom ersten Lebenstag an. Wie beschwerlich sie wird, hängt von der Ernährung ab, vom Lebensstil, von der genetischen Veranlagung und von Risikofaktoren wie Rauchen, Bluthochdruck, hohem Cholesterin und Diabetes.» Männer sind zudem einem höheren Risiko ausgesetzt, an Arteriosklerose zu erkranken. Frauen haben vor der Menopause ein niedrigeres Risiko, weil sie zunächst durch die weiblichen Geschlechtshormone besser geschützt sind.

Eigeninitiative ist die beste Prophylaxe

Die wichtigste Massnahme gegen die Arteriosklerose ist die Vorbeugung. Dabei spielt das Aufdecken der Risikofaktoren eine entscheidende Rolle. «Je mehr Faktoren auf Sie zutreffen, umso grösser ist auch das Risiko an Arteriosklerose zu erkranken», erklärt Peter Rheinberger. «Die Prognose bei einer Arteriosklerose hängt nicht nur von Ausmass und Lokalisation der Gefässveränderungen, sondern auch von Ihrem Lebensstil ab. Sie fällt umso positiver aus, je mehr Risikofaktoren Sie ausschalten bzw. behandeln können.» Was Menschen mit einer Arterienverkalkung tun können und mit welchen Massnahmen gegen Arteriosklerose vorgegangen werden kann, wird im Vortrag von Peter Rheinberger zum Thema gemacht. Die Liechtensteinische Ärztekammer sowie der Hauptsponsor, die Liechtensteinische Landesbank und die Gemeinde Vaduz, freuen sich, allen Besuchern und Besucherinnen des Mittwochforums einen weiteren spannenden Abend bieten zu können. (PD)

BROCKENSTUBE VADUZ

Bescherung am 6. Dezember

VADUZ – In der Brockenstube des Vaduzer Frauenvereins erwartet Sie am letzten Verkaufstag dieses Jahres eine schöne Bescherung. Zum Nikolaustag am Donnerstag, den 6. Dezember, gibt es von 14 bis 17 Uhr alles zum halben Preis. Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Vom 7. Dezember bis 13. Februar 2008 macht die Brockenstube Ferien. (PD)

Sicher durch den Winter

Keine Winter-Einbruchserie – Landespolizei: «Zahlen sind tendenziell sinkend»

SCHAAN – In Vorarlberg wird im Winter oft eingebrochen. Hierzulande gibt es diesbezüglich kein Problem. Die allgemeine Anzahl der Diebstähle sei sogar sinkend, sagt die Landespolizei. Konkrete Zahlen nennt sie aber nicht.

• Daniel Banzer

Die Weihnachtszeit lässt nicht nur Kinderaugen selig glänzen. Die Augen der Einbrecher leuchten ebenfalls auf, wenn sich der Winter nähert. Zumindest ist das in den direkten Nachbarländern Liechtensteins der Fall. Schlagzeilen wie «13 Einbrecher festgenommen», «Vier Festnahmen nach Rammbock-Einbruch» und «Einbrecher in flagranti erwischt» sind für die Schweizer und vor allem die Vorarlberger derzeit zur gewohnten Lektüre geworden. Sogar von einer «beispiellosen Einbruchserie» ist die Rede.

«Reine Mutmassung»

Nicht so in Liechtenstein: «Die Tendenz ist sinkend», erklärt Tina Enz, Mediensprecherin der Landespolizei. Die konkreten Zahlen werden erst bei der Veröffentlichung des statistischen Jahrbuches bekannt gegeben. In den vergangenen Jahren ereigneten sich jeweils zirka 120 Einbrüche. Vor zwei Jahren sank die Anzahl Einbrüche gar unter 100.

Weshalb die Zahlen in diesem Jahr «tendenziell sinkend» sind, kann die Polizei nicht mit Bestimmtheit sagen: «Ein Grund für die sinkende Einbruchrate kann auch die Kontrolltätigkeit oder die



FOTO WODICKA

Wenig Einbrecher in Liechtenstein: Die Wintersaison ist bei den Dieben beliebt, hierzulande langen sie dennoch selten zu.

Polizeipräsenz der Landespolizei Kommentar «wäre reine Mutmassung», sagt Enz. Jeglicher weiterer

Damit die Einbrecher in Liechtenstein weiterhin in einer wenig erfolgreichen Branche arbeiten, kann jeder Einzelne einen Beitrag leisten (siehe Kasten). «Installieren Sie einen sicheren Einbruchschutz», rät Enz. Eine Alarmanlage sei nur eine von vielen Möglichkeiten, um einen Einbruchdiebstahl zu erschweren. Um Einbrüche zu verhindern, taugt diese Methode jedoch nicht: «Sie verunsichert Täter und informiert Drittpersonen akustisch», sagt die Mediensprecherin. Ausserdem sollte wenig Bargeld und Schmuck zu Hause gelagert sein. Ein Tresor wäre für die Aufbewahrung optimal. Ebenso helfen Massnahmen wie das Schliessen von Fenstern und Türen, wenn man das Haus verlässt, Licht brennen lassen und keine Schlüssel hinterlegen.

Hilfe der Landespolizei

Weitere Mittel und Wege, sich gegen Einbrecher zu wehren, können Interessierte direkt bei der Landespolizei erfragen. «Wir haben eine Beratungsstelle, die eine kriminalpolizeiliche Sicherheitsberatung zum Thema Einbruchdiebstähle bietet», erklärt Enz.

SCHUTZ VOR EINBRECHERN

Einbruchschutz: Installieren Sie einen sicheren Einbruchschutz.

Wertsachen: Bewahren Sie wenig Bargeld und Schmuck zu Hause auf. Benutzen Sie als sicheren Ort einen Tresor.

Schlüssel: Hinterlegen Sie keine Schlüssel.

Fenster und Türen: Schliessen Sie beim Verlassen des Gebäudes Fenster und Türen.

Licht: Lassen Sie ein Licht brennen. Sowohl innerhalb als auch ausserhalb des Hauses. Hier können Zeitschaltuhren nützlich sein.

Nachbarn: Teilen Sie Ihre Abwesenheiten der Nachbarschaft mit.

Briefkasten: Lassen Sie Ihren Briefkasten leeren.

Die Ansprechperson der Landespolizei ist **Daniel Meier**. E-Mail: daniel.meier@lp.lv.li

Hochspannung in Balzers

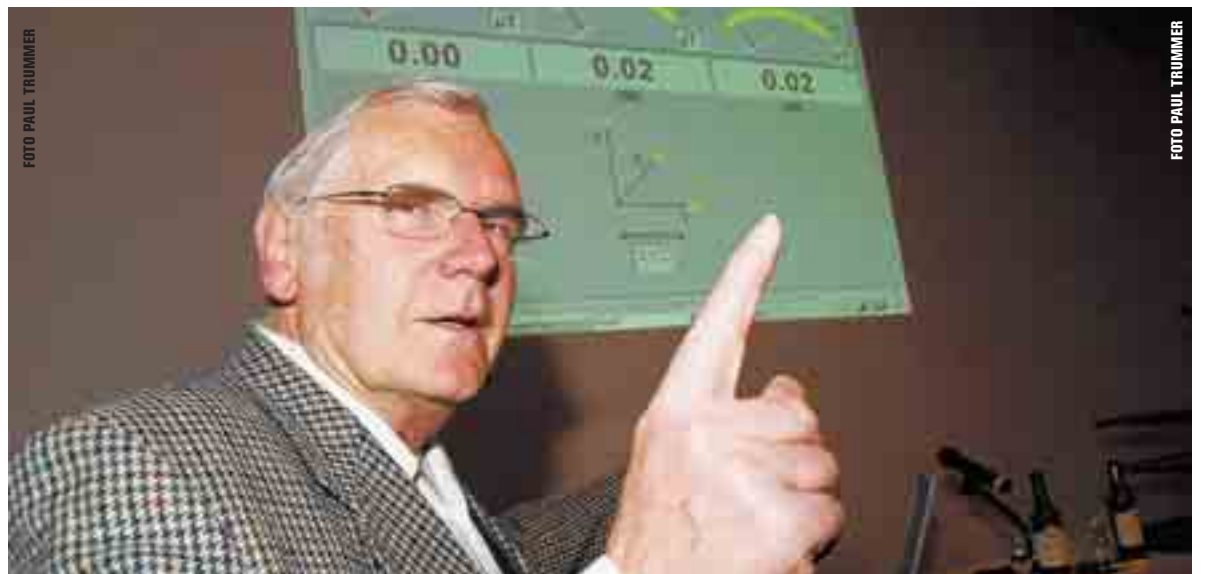
Informationsabend der Gemeinde zum Problem Hochspannungsleitungen Im Brüel

BALZERS – Die Nordostschweizerischen Kraftwerke NOK wollen die Leistung der Hochspannungsleitung, welche über das Wohngebiet Im Brüel führt, von 220 000 auf 380 000 Volt erhöhen. Regierung, Gemeinde und Anwohner wehren sich seit Jahren gegen dieses Vorhaben – bisher erfolglos.

• Marlen Frick-Eberle

Gemeindevorsteher Anton Eberle begrüsst die interessierten Balzner sowie die Referenten Peter Wolff, welcher als Anwalt die Interessen der Gemeinde vertrat, und Hans Ueli Jakob, Präsident der grössten schweizerischen Interessensgemeinschaft Elektrosmog-Betroffener, «Gigaherz.ch».

Peter Wolff nannte die zwölfjährigen zähen Verhandlungen mit der NOK ein juristisches Ping-Pong-Spiel. Bereits am 1. März 1995 fand in Balzers die erste Infoversammlung zum Thema Hochspannungsleitungen Im Brüel statt. Damals lag der Schwerpunkt allerdings noch eher bei der Verschandelung des Landschaftsbildes, während heute die Gesundheitsversorgung der dort wohnhaften Menschen im Vordergrund steht. Die Urteile von VBI und Verwaltungsgerichtshof fielen allesamt zugunsten des NOK-Antrages aus, während die Regierungen Frick und Hasler stets hinter den Anliegen der Gemeinde standen. Mit dem Urteil am 5. Dezember 2006 zugunsten der NOK seien die rechtlichen Mittel nun endgültig erschöpft, sagte Wolff. Die Gemeinde Balzers müsse nun in direkten Verhandlungen



Zeigte eindrücklich die Gefahren des Elektrosmogs auf: Der Schweizer Gastreferent Hans Ueli Jakob.

mit der NOK eine bestmögliche Lösung finden.

Verhandlungen im Januar 2008

Ein Gespräch mit der NOK habe bereits stattgefunden, erklärte Vorsteher Anton Eberle. Dabei habe die NOK ein Entgegenkommen signalisiert. Eine Alternative wäre die Verlegung der Masten entlang des Rheins. Die Kosten: Rund 2,7 Millionen Franken. Die Verlegung in den Boden würde hingegen 17,5 Mio. Franken verschlingen. Käme die zweite Variante zum Tragen, wären Bürgergenossenschaft und Private angesprochen, da die Gemeinde Balzers in jener Zone keinen Boden besitzt. Eberle appellierte deshalb an die Bodenbesitzer, sich positiv zu diesen Varianten einzustellen, da es aus gesundheitlicher Sicht wichtig sei, die Leitungen aus dem bewohnten Gebiet zu entfernen.

Die NOK fahre die Stromleistung auf jeden Fall auf die 380 000 Volt hoch, daran gäbe es nichts mehr zu rütteln, so Eberle. Andererseits laufen in 14 Jahren die Verträge mit der NOK ab, für die Gemeinde ein Trumpf, doch noch zu einer einvernehmlichen Lösung zu kommen. Die Delegation der NOK wird jedenfalls kommenden Januar in Balzers zu Gesprächen erwartet.

Wie Gastreferent Hans Ueli Jakob ausführte, reagiere der Mensch auf künstliche Magnetfelder mit gesundheitsschädigenden Strömen in seinem Körper, welche Blutkreislauf und das Nervensystem angreifen. Anhand seriös belegter Statistiken zeigte er zudem die Anhäufung von Leukämie und Hirntumoren bei Kindern in Gebieten mit stark überhöhten Grenzwerten auf.

Videobeitrag unter www.volksblatt.li

ANZEIGE

VARIABLE
exclusive by Fridy Gassner
nach Lust und Farbe

Gassner Goldschmiede AG
Letztstrasse 5, FL-9400 Vaduz
Telefon 00423 / 232 38 45