



Rätsel Dezember 2016

In jeder Reihe und Spalte stehen dieselben Zahlen und Rechenzeichen, allerdings in unterschiedlicher Reihenfolge. Wie müssen sie angeordnet sein, damit die Ergebnisse rechts und unten stimmen? Die Regel „Punkt-Rechnung vor Strichrechnung“ ist auch außer Kraft gesetzt. Lösung kommt im Newsletter Januar 2017.
Lila gekennzeichnete Kästchen bleiben frei.

3	+	2	x	6	-	5	=	25
							=	17
							=	27
							=	24
=		=		=		=		
25		7		9		15		

Harnwegsinfekte vorbeugen

Eine Harnwegsinfektion ist eine durch Bakterien verursachte Entzündung der ableitenden Harnwege.

Die Häufigsten Symptome eines Harnwegsinfektes sind:

- 1) Häufiger Harndrang
- 2) Brennen beim Wasserlassen
- 3) Blut im Urin
- 4) Schmerzen im Unterbauch



Mit diesen Maßnahmen können Sie einer Harnwegsinfektion vorbeugen:

- 1) Trinken Sie mindestens 2 Liter täglich, am besten Tee oder Wasser.
 - 2) Harndrang nicht zurück halten, durch häufiges Wasserlassen werden die Bakterien in der Blase ausgespült, bevor sie sich vermehren können.
 - 4) Nasse Badekleidung begünstigt eine Infektion, deshalb nach dem Schwimmen Badeanzüge sofort wechseln.
 - 5) Nach dem Stuhlgang oder Wasserlassen mit dem Toilettenpapier immer von vorne nach hinten wischen, damit keine Darmbakterien in die Harnröhre gelangen.
 - 6) Wechseln Sie täglich Ihre Unterwäsche, am besten Sie tragen Baumwollunterwäsche.
 - 7) Direkt nach dem Geschlechtsverkehr, die Blase entleeren.
- (C. Konnerth)

Um von Suchtverhalten oder Abhängigkeit zu sprechen, müssen im Laufe der letzten zwölf Monate mindestens drei dieser sechs Kriterien erfüllt sein:

1. Starkes, unwiderstehliches Verlangen, ein bestimmtes Mittel zu konsumieren
2. Vermindert Kontrollfähigkeit über Menge, Zeitpunkt und Dauer der Zufuhr
3. Körperliche Entzugserscheinungen
4. Stetige Dosissteigerung aufgrund der Toleranzentwicklung
5. Wachsender Interessenverlust und zunehmende Bedeutung von Beschaffung der Substanzen bzw. Erholung vom Konsum
6. Anhaltender Konsum trotz nachweisbarer schädliche gesundheitlicher oder sozialer Folgen



Aber muss man es soweit kommen lassen? Sollte man nicht schon früher auf sich aufpassen und alles unter Kontrolle behalten. Vielleicht hilft es einen, wenn man weiß was passiert.

Sucht beginnt schleichend. Zu Anfang konsumiert man Suchtstoffe als Genussmittel. Die Falle beginnt damit, dass in der Regel beim ersten Konsum eines Suchtmittels eine Verbesserung der Ausgangssituation wahrgenommen wird. In der Folge wird diese Verbesserung des subjektiven Befindens wieder verlangt. Ursachen der Suchtentwicklung ist das mesolimbische System: „umgangssprachlich Belohnungssystem“. Dopamin wird freigesetzt, dieses hat die Aufgabe die menschliche Aufmerksamkeit auf die Reize zu lenken, deren Befriedigung zu Wohlbefinden führt. Drogen erhöhen diese Ausschüttung. Beispielsweise wird Alkohol getrunken, führt das zu einer 200-fachen erhöhten Ausschüttung und somit zu einem höheren Wohlempfinden. Das Hirn lernt schnell und will immer wieder davon und immer mehr, dass Verlangen setzt ein. Der Kreislauf beginnt. Die Abhängigkeit bestimmt das Leben. Achten sie also darauf, richtig mit den uns zur Verfügung stehenden Stoffen umzugehen und Zufriedenheit mit anderen Dingen zu erreichen. Probleme können auch in Gesprächen gelöst werden, sprechen sie ihren Arzt des Vertrauens darauf an. (Torka im Januar 2. Teil Spielsucht/PC-Abhängigkeit)

1) Wenn ein Mensch von einer Lähmung betroffen ist, ist das für einen Mediziner ein sehr frustrierendes Erlebnis, weil die Medizin an seinen Grenzen gerät, weil sie kaum eine Heilung verspricht. Man kann es sich so vorstellen: Strom versorgt ein Gerät, dieser fließt durch feinste Kabel, die von einer Lösung umgeben sind, die wiederum von einer wabbligen Hülle isoliert ist. Wenn der Stromkabel zerschnitten wird, fließt kein Strom mehr, das Gerät wird lahm gelegt. Jetzt eine kleine Sensation. In der Schweiz wurden Affen mit zerstörten Leitungsbahnen im Rückenmark zum Laufen gebracht. Kabellos wird die geschädigte Stelle, die die Lähmung verursacht, überbrückt. Das erfolgt mit Hilfe von Chips am Gehirn und Implantate an der anderen Seite der geschädigten Stelle. Der Chip speichert die elektrischen Muster von sogenannten Motorkortex (Areale des Gehirns, Homunkulus - Kleinmensch genannt), und schickt dieses Muster an einen Computer. Dieser übersetzt diese Muster und schickt diese wiederum als Aktivitätsmuster oder Stimulationsprotokoll als Taktgeber über den Lendenwirbel an die Beinmuskulatur, diese sind für das Gehen verantwortlich. Immerhin ein Versuch in der Verzweiflung der Wissenschaft.

2) Das Wunderbare der heutigen Demokratie ist, dass jeder Mensch ob reich oder arm, Magnat oder Sozialempfänger in der Lage ist, hi und ho das höchste Amt zu erklimmen. Auch ein Mensch, der die Grenzen des Anstandes überschreitet, vom Wesen, Denken und Handeln rückwärtsgewandt, upps, Verzeihung, die wahre Wahrheit sagt, über Frauen, andere Menschen oder anders denkenden Menschen, alles spricht für dieses alternativloses System der Beglückung. Trumpf ist ein Trumpf in der Hand, die Rettung der Welt u.a. von allen linken Chaoten. Der Trumpf ist eine Geburt der Finanzwelt, die uns eine bessere Welt täglich beschert und jetzt amtlich und endlich zurück in die Vergangenheit, des langersehnten Nationalismus. Es lebe wieder die Fahne des Vaterlandes, endlich wieder mit Stolz, in brünstig im Rausch der nationalen Rettung, der Hymne singen, überall. Es lebe die Demokratie mit Trumpfsieg: So erquickend: sie ergötzen, beglücken uns mit so einer schönen reichen Familie, mit schönen Bilder, die wir in Tränen vom Glück vom Hocker fallen. (Dr. POLO LEON)