

**Gesundes Leben Seite 4, 12.06.2014**

 04-05  
KURZMELDUNGEN

# NEWS

DIE BESTEN TIPPS UND TRENDS IN SACHEN GESUNDHEIT, LEBENSQUALITÄT UND FREIZEIT FÜR DIE GANZE FAMILIE.



## NACHGEFRAGT

Nicht selten bekommt man von seinem Arzt oder seiner Ärztin ein Medikament verschrieben und vergisst nach interessanten Informationen zu fragen – seien es Nebenwirkungen oder Einnahmeempfehlungen. Am Ende ist man auf den Beipacktext angewiesen, der leider nicht immer für Laien verständlich ist. Hier hilft das Impuls-Gesundheitsportal. Außerdem bietet die Seite eine ausführliche Arztsuche, Sie finden Expertinnen und Experten für eine etwaige bevorstehende Operation und können sich informieren, welche Spitäler auf welche Fachgebiete spezialisiert sind. Stellen Sie einfach Ihre Fragen an unsere Expertinnen und Experten und Sie bekommen innerhalb von 48 Stunden eine Antwort:

[www.wienerstaedtische.at/service/impuls-gesundheitsportal/fragen-sie-den-arzt.html](http://www.wienerstaedtische.at/service/impuls-gesundheitsportal/fragen-sie-den-arzt.html)



Das Impuls-Gesundheitsportal bietet professionelle Beratung über das Internet.

## STETS BESTENS INFORMIERT

Sie interessieren sich für Themen rund um Gesundheit und Medizin. Der Wiener Städtische-Newsletter hält Sie zwei Mal im Monat mit den aktuellsten Nachrichten aus diesen Bereichen auf dem Laufenden. Klassische Berichterstattung, knackige Kommentare und ausführliche Artikel – hier bekommen Sie sämtliche News vollkommen kostenlos und von unabhängigen Journalisten recherchiert. Schauen Sie gleich heute noch auf unserer Website vorbei und melden Sie sich an: [www.wienerstaedtische.at/service/impuls-gesundheitsportal.html](http://www.wienerstaedtische.at/service/impuls-gesundheitsportal.html)

## PODDOKTOR: GESUND OHNE FLEISCH

Es ist nicht allzu lange her, dass Vegetarierinnen und Vegetarier mit skeptischen Blicken bedacht wurden. Ein Trend, der sich aktuell ins genaue Gegenteil umkehrt. Vegetarische und vegane Ernährung sind en vogue. Fast jede zehnte Österreicherin und jeder zehnte Österreicher verzichtet auf tierische Produkte oder zumindest auf Fleisch. Welche Vorteile diese Ernährungsweise hat und ob es dadurch zu Mangelerscheinungen kommen kann, klären wir gemeinsam mit dem Experten Prof. Kurt Widhalm in der aktuellen PodDoktor-Folge. Der Leiter des Akademischen Instituts für Ernährungsmedizin in Wien klärt über klassische Ernährungsfehler auf, erklärt worauf bei pflanzlicher Ernährung geachtet werden muss und wirft einen

kritischen Blick auf Nahrungsergänzungsmittel. Ist vegetarische Ernährung das Geheimrezept gegen Volkskrankheiten wie Übergewicht und Diabetes? [www.poddoktor.at](http://www.poddoktor.at)

