

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



gehören auch Sie zu den wahren Sonnenanbetern, die jeden noch so kleinen Sonnenstrahl erhaschen und in sich aufsaugen wollen? Die Zeit ist reif für ein richtiges Sonnenbad, doch auch für den richtigen Schutz vor schädigenden Strahlen.

Ohne Sonne ist ein Leben auf Erden undenkbar, aber mit der Sonne haben im Zeitalter der schwindenden schützenden Ozonschicht die

Sonnenkinder – so können wir Menschen uns beschreiben – zunehmend Probleme. Im Geschäft vor möglichem Hautkrebs und anderen Gesundheitsrisiken sind Anbieter diverser Produkte mit Lichtschutzfaktoren, die uns einen länger anhaltenden Aufenthalt in freier Natur gewährleisten sollen.

Dass wir auch über die Nahrungsauswahl oder die zusätzliche Einnahme von Nährstoffen einen wirksamen Sonnenschutz von innen erreichen können, darüber berichten *Anne Katrin Greul* und *Hans Konrad Biesalski* in einem Schwerpunktartikel. *Hugo Boonen*, Hautarzt und Vorstandsmitglied des AVE e.V., stellt anhand eines Fallbeispiels dar, dass die Sonnenliebe ihre Schattenseiten haben kann.

Zum Sommer gehören auch die Insekten und andere kleine Lebewesen, die dem Menschen je nach Art ihrer Lebensweise nützen oder schaden können. So sind zum Beispiel die Bienen wegen ihrer bestäubenden und Honig-liefernden Tätigkeit äußerst nützlich, aber durch menschliche Eingriffe im Bestand gefährdet. Deren schleichenden Tod können wir hoffentlich vorbeugen, wie in der Rubrik „Ernährung aktuell“ beschrieben wird. Dagegen müssen wir uns und unsere Kinder gegen die Mücken- und Zeckenplage wehren. Tipps finden Sie unter „Kinder Umwelt Gesundheit“.

Im Interview mit *Volker Pudel* geht es um das menschliche Essverhalten und wie man eine dicke Chance für eine schlanke Linie nutzen kann.

Im Sinne des Verbraucherschutzes werden Informationsangebote zu Gesundheitsthemen näher beleuchtet und zahlreiche Tipps für eine seriöse Informationssammlung gegeben. Doch hat der staatliche und auch EU-weite Verbraucherschutz einen erheblichen Nachholbedarf bezüglich der Risikomindererung der chemischen Belastung.

Die Sonne wird uns hoffentlich auch bei der diesjährigen AVE-Jahrestagung zum Thema „Bewegung – Haus – Garten“ begleiten. In der vorliegenden Ausgabe finden Sie die Beiträge der namhaften Referenten, die sich kompetent nicht nur zu Allergiker-gerechtem Leben und Wohnen äußern.

Bedanken möchten wir uns nicht nur bei den Tagungssponsoren, sondern vor allem beim AOK-Bundesverband, der dem AVE e.V. mit einer großzügigen Zuwendung weiterhin eine effektive Tätigkeit für eine Allergiker-gerechte „sonnige“ Zukunft ermöglicht.

Ihr *Andreas Steneberg*

<b>Forum</b>	<b>48</b>
<b>Termine</b>	<b>49</b>
<b>14. Jahrestagung des AVE e.V.</b>	<b>50</b>
Tagungsprogramm	
Kurzfassungen der Tagungsbeiträge	
• Therapeutische Effekte beim Höherentraining in der Hypoxiekammer von <i>Klaus-Michael Weber</i>	
• Erfahrungen mit dem Allergiker-gerechten Öko-Haus - ALLÖKH® von <i>Michael Fischer</i> und <i>Friedhelm Diel</i>	
• Gefährliche Schönheiten in Haus und Garten von <i>Hans-Jürgen Schubert</i>	
• Histamin und Schwangerschaft von <i>Erna Pap</i>	
• Sport und Ernährung - Einflüsse auf die Freie Radikal- und Histaminbildung von <i>John G. Ionescu</i>	
• Qualitätssicherung von textilen Bodenbelägen mit eingebautem Katalysator zur Vermeidung von Innenraumluft-Schadstoffen von <i>Irina Maul</i> und <i>Friedhelm Diel</i>	
<b>Interview</b>	<b>56</b>
• Mehr Kohlenhydrate: Dicke Chance für die schlanke Linie Interview mit Prof. Dr. <i>Volker Pudel</i>	
<b>Fallbeispiel</b>	<b>58</b>
• Sonne – sie liebt sie; „Sonnenallergie“ – sie liebt sie nicht von <i>Hugo Boonen</i>	
<b>Netzwerk</b>	<b>58</b>
• Resolution Umweltmedizinischer Verbände zur MCS-Studie des Robert Koch-Instituts	
<b>Schwerpunkt</b>	<b>59</b>
• Sonnenschutz von innen? von <i>Anne-Katrin Greul</i> und <i>Hans Konrad Biesalski</i>	
<b>Ernährung aktuell</b>	<b>63</b>
• Deutscher Honig wird selten – Bienensterben durch <i>Varroa</i> -Milbe und Pestizide	
• Spargel ( <i>Asparagus officinalis</i> )	
<b>Infotipps</b>	<b>66</b>
• Verlässliche Informationen von Gesundheitsfragen im Internet	
<b>Verbraucherschutz</b>	<b>68</b>
• natureplus prüft Farben, Lacke und Parkette	
• Ein Jahr Energieeinsparverordnung (EnEV)	
• „Schwarze Wohnungen“ - was tun?	
• Umwelt- und Verbraucherschutz können nicht warten, bis das Biozid-Gesetz für Holzschutzmittel greift	
• EU-Chemikalien-Gesetzgebung auf dem Abstellgleis	
• Thematische Strategie zum nachhaltigen Gebrauch von Pestiziden	
• Nitrofen – ein Skandal versickert	
<b>Allergie aktuell</b>	<b>74</b>
• Heuschnupfen mit Akupunktur behandeln	
• Hundehaare sind die stärksten Allergene	
<b>Bücher</b>	<b>75</b>
<b>Kinder-Umwelt-Gesundheit</b>	<b>78</b>
• Mücken- und Zeckenschutz (nicht nur ) bei Kindern	
<b>Candida-Service</b>	<b>80</b>
• Laktoferrin – Schutz vor Pilzinfektionen von Geburt an	
<b>Tagungsberichte</b>	<b>82</b>
• Histamin-Rezeptoren	
• Kompetenzzentrum für Handwerker in Österreich	
<b>Leserbriefe</b>	<b>83</b>
<b>AVE aktuell</b>	<b>84</b>
<b>Heilpflanzen</b>	<b>84</b>
• Zitronenstrauch ( <i>Aloysia triphylla</i> ) von <i>Sonja-Maria Czérkus</i>	
<b>Impressum</b>	<b>85</b>