

SELBSTHILFEGRUPPEN-SERIE

Für jeden Allergiefall gibt es eine Adresse

Etwa sechstausend Adressen von Ärzten und Heilpraktikern aus ganz Europa finden sich in der Computer-Kartei von Reinhard Bursitzke. Mit seinen gesammelten Daten kann der Eisenacher vielen Ratsuchenden, die unter Allergien leiden, gut weiterhelfen.

EISENACH – Die Kartei basiert auf einer jahrelangen Fleißarbeit des Eisenachers. Entstanden ist



sie dank der vielen Kontakte, die Reinhard Bursitzke als Leiter der Allergie-Selbsthilfegruppe „Candida“ sowie als ehemaliger Geschäftsstellenleiter des Allergie-Vereins in Europa e.V. (AVE) knüpfen konnte. Schon kurz nach der Wende wurde in der Wartburgstadt die AVE-Geschäftsstelle eröffnet und der Eisenacher als deren Leiter eingesetzt. „Unterstützt durch die Stadt und mit Hilfe von ABM-Kräften haben wir von hier aus die Arbeit des Allergievereins europaweit koordiniert“, sagte er. Wenig später, im Jahre 1992,

wurde hier auch die Selbsthilfegruppe „Candida“ ins Leben gerufen, um vor allem Betroffenen eine Anlaufstelle zu bieten, die mit Pilzkrankungen im Darmbereich zu kämpfen haben.

Der Name der Gruppe rührt übrigens von dem aggressiven Dampfpilz „Candida albicans“ her, der bei Menschen mit geschwächtem Immunsystem nicht nur Beschwerden wie Schlaf- und Verdauungsstörungen, Gelenkschmerzen, unreine Haut und sexuelle Unlust sondern auch vielerlei allergische Reaktionen hervorrufen kann.

„Wir hatten uns in dieser Gruppe zum Ziel gesetzt, Möglichkeiten der Diagnostik und der Therapie aufzuzeigen und Adressen von Therapeuten zu finden, die sich ernsthaft mit diesem Thema auseinandersetzen“, so der Eisenacher. „Den Leuten ist geholfen worden und der Bedarf hier vor Ort war irgendwann nicht mehr da.“ Der Leiter der Gruppe ist aber auch weiterhin für jeden ansprech-



Reinhard Bursitzke FOTO: KLEMM

bar, der sich mit allergischen Reaktionen herumplagt und nicht weiß, wie er dieser Leiden Herr werden soll. Als Mitglied des „Allergie-Vereins in Europa“ hält Bursitzke nämlich nicht nur Kontakt zu zahlreichen Fachleuten auf diesem Gebiet, sondern reist oftmals auch selbst zu Kongressen in ganz Europa sowie zu Messen (wie unlängst zur Fachmesse „Hautsache“). Außerdem holt er Fachdozenten nach Eisenach beziehungsweise hält selbst Vorträge.

Die Vereinsmitglieder sind ständig auf der Suche nach „ganzheitlichen Behandlungskonzepten und nach den neuesten Erkenntnissen der Umweltmedizin“. Der Verein setzt sich dafür ein, dass die Allergiekranken ein besseres Leben führen können. Er bietet den Betroffenen unter anderem Informatio-

nen über ganzheitliche Behandlungsmethoden sowie über anwendbare Ergebnisse der Allergieforschung, vermittelt Kontakte zu Kureinrichtungen im In- und Ausland, führt beispielsweise am Mar Menor in Südpalmen selbst Kuren für Asthmatiker und Neurodermitiker durch und unterstützt biologisch ökologische Therapiemaßnahmen bei Asthma, Heuschnupfen, Nesselfieber, Akne, Migräne und anderen Krankheitsbildern.

Aktuell bringen sich die Mitglieder des Vereins bei der Diskussion um eine europaweite Neuordnung der nationalen Chemikalien-Gesetze ein. Das Ganze nennt sich Projekt REACH, hinter dem sich die Registrierung, Evaluierung, Autorisierung von Chemikalien verbirgt. Produkte, die in Deutschland auf den Markt kommen oder hier produziert werden, sollen zukünftig noch eingehender auf ihre Stoffgefährlichkeit hin untersucht werden.

Die verstärkten Kontrollen und die Kennzeichnung etwa von Lebensmitteln kämen den Risikogruppen wie den Allergikern zugute. „Die unkontrollierten Zutaten von gefährlichen Stoffen in Lebensmitteln, aber auch in Bauprodukten und anderen umweltwirksamen Produkten sind verantwortlich für die Zunahme von Allergien“, sind sich die AVE-Mitglieder nämlich sicher. Während der internationalen Jahrestagung des AVE gemeinsam mit dem holländischen Klinisch-Ökologischen Allergie-Zentrum zum

Thema „Sekundäre Allergien“ im Kastel Hoensbroek bei Heerlen wurde auch über das weitere Vorgehen in Sachen REACH gesprochen. Natürlich gehörte auch Reinhard Bursitzke zu den Gästen dieser Tagung.

„Dass unsere Lebensmittel

seit November vergangenen Jahres schon bei niedrigeren Konzentrationen allergischer Stoffe als bisher gekennzeichnet werden müssen“, erklärte er nicht ohne Stolz, „geht mit auf die Initiative des AVE zurück“.

THOMAS KLEMM



Wenn Kratzen zum Leiden wird: Der Allergieverein will auch da hat auch damit Erfahrung. FOTO:AGENTUR

Kontakt

Menschen, die von Allergien betroffen sind, können sich bei Fragen an Reinhard Bursitzke in Eisenach (Telefon: 03691 – 610637, E-Mail: bursitzke@arcot.de) wenden. Über Allergien gibt es zahlreiche Websites im Internet. Eine davon hat die Adresse

www.g-netz.de. (tk)

Allergie-Verein in Europa e.V. (AVE)

www.allergieverein-europa.de

Geschäftsstelle AVE e.V.

Dr. Eva Diel

Petersgasse 27,

D-36037 Fulda,

Tel.: 0661-710-03, Fax: -19

Email: UMWELTBERATUNG.

Fulda@t-online.de

Bürozeiten: täglich 10.00 bis 12.00 Uhr

Weitere AVE-Ansprechpartner

Klaus Förster

Möllingstr. 26,
24103 Kiel

Tel.: 0431-96768

Ingrid Otto

Bertha-von-Suttner-Str. 1,

24119 Kronshagen

Tel.: 0431-541201

Stella Bröcker

Oberhauser Str. 1,

28327 Bremen

Tel.: 0421-405035

Claudia Greifzu

Neumarkt 2,

36452 Kaltennordheim

Tel.: 036966-81431

Christel Trompertz

Rappenhohner Str. 18,

51491 Overath

Tel.: 02206-9106-38; Fax: -39

Email: ChristelTrompertz@gmx.de

Ute Schons-Kronreich

Eltersbach 51,

53804 Much

tel. Beratung: Mi. 16.00 bis 18.00 Uhr

Tel./Fax: 02245-5468

Edith Dörsam

Altdörferstr.41,

63749 Aschaffenburg

Tel./Fax: 06021-960750

Gerhard Meyer

Kompetenz- und Handwerkszentrum,

Am Alten Schlag 13 A,

93053 Regensburg-Graß

Tel.: 0941-78427-14, Fax: -10

Email: konzeptbau.meyer@t-online.de

Reinhard Bursitzke

Fichtestr. 3,

99817 Eisenach

Tel./Fax: 03691-610637

Handy 0172-7923082

Email: bursitzke@arcot.de

Heike Dubberke

Abterodaer Weg 4,

99837 Dippach,

Tel.: 036922-30819

Dr. Alois Deng

Hollenzen 100,

A-6290 Mayrhofen/Zillertal

Heilpflanzen



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Farne - Pteridopsida

entführen uns in das Zauberland des Schattens, des Geheimnisvollen und Verborgenen. Sie gehören zu den reizvollsten Gestalten unserer Wälder. Blütenlos in verschiedenen Grüntönen, schmücken die fein gegliederten Farnwedel mit der Zartheit ihrer Blättchen und ihres ebenmäßigen Wachses die Erde. Die Paläobotanik zählt die Farne zu den ältesten Landpflanzen. Sie entwickelten sich, ebenso wie die Moose, aus der Gruppe der Grünalgen. Farne, Schachtelhalm- und Bärlappgewächse, bildeten im Erdmittelalter hochstämmige, bizarr geformte Karbonwälder, in denen es noch keine Blumen, Insekten

Heilpflanzen

und ebenso keine Vögel gab. Fossile Reste sind aus dieser Zeit noch als Steinkohle erhalten geblieben. Über 200 Millionen Jahre hinweg waren die Farne in der Pflanzenwelt vorherrschend. Im Gegensatz zu den Moosen verfügten sie über echte Wurzeln zur Verankerung, Wasser- und Nährsalzaufnahme. Auch waren sie mit einem Verdunstungsschutz (Cuticula) und für den Wassertransport notwendigen Leitgewebe, sowie Spaltöffnungen zur Regelung der Wasserverdunstung und des Gaswechsels ausgestattet. Der enthaltene Holzstoff (Lignin) zur Festigung ermöglichte den baumförmigen Wuchs. Somit war die Anpassungsfähigkeit der Farne größer und erhöhte die Konkurrenzkraft bei der Landerobierung.

Inzwischen haben Farne an Größe verloren, sie überlebten jedoch bis heute. Durch vermehrte Waldrodungen und Bebauung von Landflächen haben sich ihre Bestände drastisch verringert. Wurm-, Hirschnagel- oder Königsfarn beispielsweise stehen unter Artenschutz. Zur Herstellung von Heilmitteln werden Farne deshalb in Kulturen angelegt. Die Naturheilkunde verwendet Arzneifarne, wenn die „abbauenden Kräfte“ nicht genügend vorhanden sind.

Historie

In den Regionen Europas waren Farnkräuter zwar nicht als Viehfutter geeignet, dennoch für die Landwirtschaft von großer Bedeutung. Farne mussten an den Rändern der Weiden immer wieder zurück geschnitten werden. Die Eigenschaft der Farne, Wanzen, Flöhe, Läuse und andere Schädlinge zu vertreiben, wurde vielseitig genutzt. Zerkleinert und verbrannt diente die Asche als Dünger (hoher Kaliumgehalt), der gleichzeitig Schnecken fernhielt. Im Haus und Garten, auf dem Hof und Feld, waren Farnpflanzen nicht wegzudenken. Zur Lindierung von Kopf-, Zahn- und Gliederschmerzen, Ischias und Krämpfen, wurden Matratzen mit Farnheu ausgestopft.

Im Mittelalter galt der Farn als Schutzschild vor dem Bösen. Im damaligen Volksempfinden, war das Farnkraut heilig. Wo Farn vorkommt, soll er das Feld vor Unwettern bewahren, Blitze ableiten, sogar vor Radioaktivität schützen. Die Zeitzeugin und heilkundige Äbtissin, *Hildegard von Bingen* (1099 bis 1179), hielt fest: „Farnkräuter sind nützlich zur Vertreibung des Teufels (des Krankhaften), zugunsten des Gesunden

und ist Schutz vor dem Bösen. Beim Farnkraut ist es so eingerichtet, dass sein Saft auf die Weisheit Bezug hat und seine anständige Natur auf das Gute und die Heiligkeit hinweist.“

Beim Bau der Fachwerkhäuser diente ein Gemisch aus Lehm, Sand und Farnkräutern als Füllstoff für die Wände. Damit war gewährleistet, dass sich im Mauerwerk keine Schädlinge einnisteten. Die weichen Farnwedel des Frauen- und Wurmfarns nützten als Toilettenpapier. Farne waren Pottasche-Lieferant für die Glashütten und ab *Justus von Liebig*, dem Begründer der Organischen Chemie (1803 bis 1873), begann damit die Kali-Industrie zu florieren.

Botanik

Die Fortpflanzung der Farne war den Menschen lange Zeit ein Rätsel und regte zu allerlei Spekulationen und phantastischen Vermutungen an. Erst Mitte des 19. Jahrhunderts lüftete der Leipziger Botaniker *Wilhelm Hofmeister* das Geheimnis über die Vermehrung der Farne durch Sporen. Diese befinden sich meist auf der Blattunterseite und reifen in Sporenbehältern heran. Bei einer Pflanze bilden sich zwischen Juli und September rund eine Million Sporen in Blütenstaub ähnlicher Größe.

Aus den Sporen wachsen zunächst herzförmige, lappige Gebilde (Vorkeime), aus denen sich – nach der Befruchtung – ein neuer Farn entwickelt.

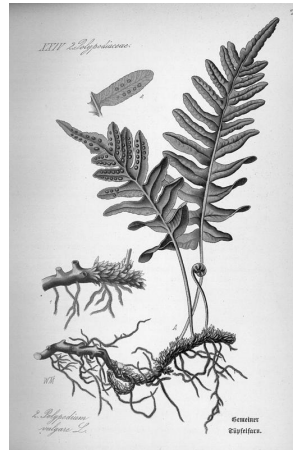
Die bei den meisten Farnarten tief eingeschnittenen, ein- bis mehrfach gefiederten Wedel sind die Blätter dieser Pflanzen. Der Spross unserer einheimischen Farne steckt waagrecht oder schräg im Boden. Von ihm gehen die Wurzeln aus. Bei einigen Arten stehen die Wedel einzeln, bei anderen wiederum bilden sie einen nach oben auseinanderstrebenden Trichter.

Farne sind weltweit verbreitet. In Mitteleuropa sind zirka 60 Farn-Arten beheimatet. Wir finden sie in feuchten und schattigen Wäldern, in üppigen, dichten Fluren. Arten wie der Hirschnagel- oder Königsfarn bevorzugen steinerne Abhänge, andere Farne wie der Streifenfarn siedeln sich in Felsspalten an. Auch in lichten, trockenen Kiefernwäldern und Eichenhainen leben Farne.

Fünf heimische Farnarten und ihre Nutzung

Gemeiner Tüpfelfarn, „Engelsüß“ - *Polypodium vulgare*

Der griechische Arzt aus der Antike *Dioskurides* (1. Jahrhundert nach Chr.), gab ihm den Namen *Polypodium* „Füßchen“ und bezog sich auf die kriechende, dicht braunschuppige, zweiteilig, beblätterte und süßlich schmeckende Wurzel. Der alte deutsche Name „En-



gelsüß“, deutet auf den herb-süßen Geschmack der Wurzel hin. Ein hoher Gehalt an **Glycyrrhizin** und verschiedenen Zuckern, vor allem **Osladin**, ein Steroidsaponin, tragen zum süßlichen Geschmack bei. Weitere **Inhaltsstoffe sind** Gerbstoffe, Flavonoide, Steroidhormone (Ecdysteron), Schleimstoffe und ätherisches Öl.

Wir finden den Tüpfelfarn weit verbreitet in Mitteleuropa, in lichten Eichen- und Birkenwäldern und an schattigen Mauern und Gebüsch. Zu erkennen ist er leicht an seinen getrennt stehenden Wedeln, sie sind einfach fiederschnittig mit ganzrandigen Abschnitten. Er bevorzugt kalkfreien und leichten Humusboden, sogar als echter Epiphyt (Selbsternährer) in der Borke von Bäumen.

Gesammelt wird der Strunk im September, getrocknet und zu Pulver vermahlen. Er enthält **Bitterstoffe, ein Glykosid, Zucker und Harze** und wird in der Naturheilkunde von Therapeuten nach bestimmten Dosierungsangaben verordnet bei: **Reizhusten, Bronchialkatarrh, Brustinfektionen, Arthritis, Verdauungsstörungen, Hauterkrankungen und Darmparasiten.**

Die hormonartig wirkenden Inhaltsstoffe mit Muskel aufbauendem Effekt, sind es vor allem heute, warum der Tüpfelfarn wiederentdeckt wurde und deshalb als natürliches Aufbaupräparat bei Leistungssportlern beliebt ist.

Pharmazeutisch werden die Wurzelstücke direkt nach der Ernte verarbeitet und Flüssigextrakte, Sirup und Tinkturen hergestellt. Engelsüß ist außerdem in Magenbittern und Bitterschnäpsen zu finden.

Heilpflanzen

Teezubereitung und Verwendung in der Küche

Zwei Teelöffel Pulver mit einer Tasse kaltem Wasser zum Sieden bringen, fünf Minuten lang kochen und klar filtern. Von diesem Tee werden zwei bis höchstens drei Tassen über den Tag verteilt getrunken.

Das Engelsüßwurzelpulver eignet sich außerdem gut für Marmeladen, Honig und Mus. Dabei werden ebenfalls zwei bis dreimal täglich, zwei Gramm des Pulvers untergemischt und gegessen. Bei den genannten Dosierungsangaben wurden keine Unverträglichkeiten beobachtet. Die Einnahme während der Schwangerschaft sollte mit einem erfahrenen Therapeuten besprochen werden. Engelsüßwurzelpulver wirkt **antirheumatisch, blutreinigend und leicht abführend**.

Adlerfarn – *Pteridium aquilinum*



Einzelstehende, leicht überhängende und mehrfach gefiederte Wedel sind typisch unserer größten heimischen und zugleich weltweit in zahlreichen Formen verbreiteten

Farnart. Der Adlerfarn besitzt einen Blattstiel, der im Querschnitt einen Umriss zeigt, der einem Adler mit ausgebreiteten Schwingen ähnelt. Dieser Ähnlichkeit verdankt er seinen Namen. Er beansprucht zwei bis vier Kubikmeter Platz für seine volle Entfaltung und ist in der Forstwirtschaft nicht gerne gesehen, weil er dadurch den jungen Bäumchen das Licht wegnimmt, verdrängt und somit eine Verjüngung des Waldes unterdrückt. Erwähnenswert ist, dass die in allen Teilen giftige Pflanze in einigen Ländern zur Ernährung dient.

Die Hauptwirkstoffe sind: das **Enzym Thiaminase**, **Blausäureglykoside** und das **Saponin Pteridin**. Besonders die jungen Pflanzen des Adlerfarns weisen eine hohe Giftigkeit auf, die sich durch Kochen oder Trocknen nicht zerstören lässt. Die Forscher gehen davon aus,

dass die hohe Giftwirkung erst ab dem Zeitpunkt eintritt, wenn der Farn das erste Mal Sporen bildet. Nur die ganz jungen, zarten, noch eingerollten Wedel des Adlerfarns, werden als eingelegtes oder gekochtes Gemüse in der Küche Japans verwendet. Der noch etwas bittere Geschmack verliert sich ganz nach einmaligem Überbrühen mit heißem Wasser. In diesem Wachstumsstadium ist eine Verwechslung mit anderen Farnarten in der Natur jedoch gut möglich.

Die stärkereichen Wurzelstöcke werden im Herbst geerntet, getrocknet und gemahlen. Das Wurzelmehl ist ein gebräuchliches, wichtiges Nahrungsmittel in Japan und Neuseeland. Auf den Kanarischen Inseln wird das Mehl traditionell zu Brot verarbeitet.

Wurmfarn – *Dryopteris filix-mas*



Wie der Name anklingen lässt war der Wurmfarn im Altertum, und ist es heute noch in der Naturheilkunde, ein Mittel gegen Band-

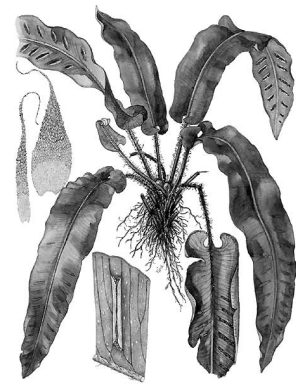
und Hakenwürmer. Gleichzeitig wird ein salinisches Abführmittel, zum Beispiel Glaubersalz, verabreicht. Der Wurmfarn enthält die Nerven- und Muskelgifte Filixsäure und Filmaron. Wegen seiner Giftigkeit ist eine genaue Dosierung erforderlich und muss von einem Therapeuten verordnet werden.

Bei Arthritis und Rheuma ist eine Tinktur aus den Farnwedeln des Wurmfarns äußerlich für Umschläge, zum Einreiben und als Badezusatz zum Hausgebrauch geeignet.

Hirschwurzengarn – *Phyllitis* oder *Asplenium scolopendrium*

Zur natürlichen Leberentgiftung und Blutreinigung

Die Hirschwurze zählt zur Gattung der *Aspleniaceae* (Tüpfelfarngewächse). Wenn die meisten Pflanzen wie im Winterschlaf versunken sind, zeigen uns die glänzend, sattgrünen Blattwedel der Hirschwurze ein Bild der Üppigkeit. Die zungenförmigen Blätter sind fünf Zentimeter breit und 20 Zentimeter lang und mit kurzen Stielen rosettenartig ange-

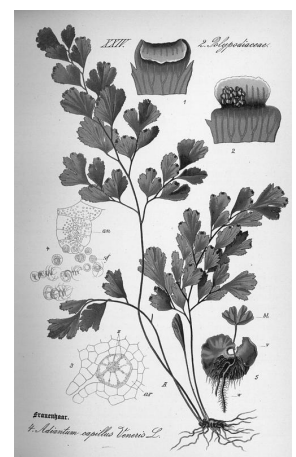


ordnet. Als ausgesprochene Schattenpflanze benötigt sie für ihr Gedeihen eine hohe Luftfeuchtigkeit. Der

Hirschwurzengarn siedelt sich deshalb mit Vorliebe an Mühlenanlagen, feuchtem Gemäuer, Schluchtwäldern, Brunnenhäuschen und auf bemoosten Bäumen an. Dicht unter dem Moos, liegt der ein Zentimeter dicke Wurzelstock. Durch die ganzrandigen Blattwedel ist die Hirschwurze leicht von den anderen europäischen Farnarten zu unterscheiden, die ein- oder mehrfach gefiederte Wedel aufweisen.

Der heimische Heilfarn wird seit Jahrhunderten verwendet: Innerlich sind Wurzel und Wedel schleimlösend und lindern den Husten, und wirken gegen Lebererkrankungen und als harntreibendes Mittel, äußerlich für Umschläge, helfen sie bei der Heilung von Verbrennungen und Hautentzündungen. Die Hirschwurze ist in Elixieren und anteilig in Blutreinigungs-, Bronchial-, Gallen- und Lebertees enthalten.

Frauenhaarfarn, Venushaar – *Adiantum capillus-veneris*



Die bis 40 Zentimeter hohe Pflanze besitzt einen sehr dünnen, meist bräunlichen Stängel mit grünen fächerförmigen Blättern.

Inhaltsstoffe:

Gerbstoffe, Schleim, Flavonoide

In der Volksmedizin, galt ein Zuckerauszug aus den Blättern als Arzneimittel bei Husten, Bronchitis, Asthma und Halsschmerzen. Heute wird das Venushaar noch als homöopathisches Mittel in der Naturheilkunde verordnet. Die Kosmetikindustrie nutzt diese Farnart als

Heilpflanzen

Rohstoff zur Herstellung von Haarshampoos und Pflegemitteln für die Kopfhaut.

Königsfarn – *Osmunda regalis*



Die sommergrüne, prachtvolle Reliktpflanze aus der Karbonzeit, wächst mannshoch mit lieblich hellgrünen, gestielten

Impressum

Wedeln. Beim Königsfarn sind die Blättchen doppelt gefiedert, die sich zur Herbstzeit gelb verfärben. Nach *Osmund*, dem Beinamen des Donnergottes *Thor*, gab ihm der schwedische Botaniker *Carl von Linné* die Bezeichnung *Osmunda*.

Der Wurzelstock wurde einstmals als kräftigendes Aufbaumittel bei schwächlichen Kindern eingesetzt und wirkt die Galle anregend und harntreibend. Abkochungen sind äußerlich verwendbar zur Hautreinigung und Förderung der Wundheilung bei Verletzungen und Verbrennungen.

Nützlich und Freude für das Auge, sind Engelsüß (Tüpfelfarn), Hirschzungen-

und Königsfarn, heimische Farnkräuter für die lebende Kräuterapotheke – den Kräutergarten.



Ihre *Sonja-Maria Czérkus-Yavuz*, Fulda

Foto: *Dieter W. Weinstock*
Abbildungen: Tüpfelfarn, Frauenhaar: *Thomé*
OW: Flora von

Deutschland, Österreich und der Schweiz. (Gera 1885)

Adlerfarn: <http://runeberg.org/>

Wurmfarn: <http://bogard.isu.ru/>

Hirschzunge: www.afleurdepaup.com

Königsfarn: einstein.uab.es

Impressum

UMWELT & GESUNDHEIT
Informationen über Umweltmedizin,
Allergien, gesundes Wohnen
und Ernährung

Herausgeber:

Allergie-Verein in Europa e.V. (AVE)
Verein zur Förderung der Ganzheitlichen Behandlung Allergischer Erkrankungen in Europa e.V.
Prof. Dr. Friedhelm Diel

Redaktion:

Dipl. oec. troph. Andreas Steneberg

Ständige MitarbeiterInnen:

Dr. Michael Fischer, Dr. Regina Modi, Dipl. oec. troph. (FH) Cindy Werder, Irina Schiebelbein

Anschrift der Redaktion:

Redaktions- und Verlagsbüro Dr. Eva Diel,
Petersgasse 27, D-36037 Fulda,
Tel.: 0661-710-03, Fax: -19;
Email: UMWELTBERATUNG.Fulda@t-online.de

Redaktionsbüro West

Andreas Steneberg, Walter-Jost-Str. 20, D-58638 Iserlohn, Tel./Fax: 02371-63543,
Email: a.steneberg@onlinehome.de
<http://www.iug-umwelt-gesundheit.de>

Titelbild:

GAMU GmbH

Verlag, Anzeigen- und Abo-service:

Redaktions- und Verlagsbüro Dr. Eva Diel

Anzeigen:

Andreas Steneberg
Anzeigen erscheinen unter der Verantwortung der Auftraggeber. Sie sind getrennt vom redaktionellen Teil und bedeuten keine Empfehlung der Redaktion.

Anzeigenschluss:

jeweils 4 Wochen vor Erscheinen.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge und Aussagen von Interviewpartnern geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Die in den Beiträgen geäußerten Ansichten sind lediglich die der Autoren, nicht jedoch die von Herausgeber und Verlag.

Gesamtherstellung:

Druckerei Nolte, Iserlohn

Erscheinungsweise:

4 x jährlich

ISSN: 09457526

Bezugspreis:

EUR 19,- im Abonnement, zzgl.

Porto und Versand. Einzelheft EUR 5,-.

AVE-Mitglieder erhalten die Zeitschrift im Rahmen ihres Mitgliedsbeitrages. Bezugszeit jährlich. Kündigungsfrist 6 Wochen vor Jahresende, später eingehende Abbestellungen werden zum Ende des folgenden Jahres vorgemerkt. Der Abonnementpreis für den gesamten Jahrgang wird jeweils am Anfang des Jahres nach Erhalt der Rechnung fällig. Reklamationen über nicht erhaltene Hefte können beim Verlag nur innerhalb von drei Monaten nach der zuletzt fälligen Zustellung geführt werden.

Für unverlangt eingeschickte Manuskripte, Fotos, Zeichnungen und andere Vorlagen übernehmen wir keine Haftung. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle (siehe Hinweise für Autoren) ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Verlags strafbar.

Redaktionsschluss: für die nächste Ausgabe ist der 20. Februar 2006

Hinweise für Autoren

Redaktionsschluss für Originalarbeiten ist zwölf Wochen, für andere Beiträge sechs Wochen jeweils vor Erscheinungsdatum. Wir freuen uns über jeden Beitrag, der zum Themenbereich Umweltmedizin, Allergien, gesundes Wohnen und Ernährung veröffentlicht werden kann. Wissenschaftliche Artikel sollten auch für den Laien verständlich sein. Wenn Sie den Originalartikel einreichen beachten Sie bitte folgende Richtlinien:

1. Titel und Zusammenfassung (maximal zehn Prozent des Gesamtumfangs) auch in englischer Sprache.
2. Verfasser mit ausgeschriebenem Vornamen, Titel, Institutionen beziehungsweise Adressen.
3. Gliederung: Kurze Einleitung, Zielangabe der Arbeit, ausführliche Methodenbeschreibung, Ergebnisse, Abbildungen, Tabellen, Fotos, Diskussion und Bewertung, Quellenhinweise (ausgeschriebene Titel).
- Bitte zitieren Sie wie in den Schwerpunkttiteln vorgegeben. Auf einheitliche Zitierweise wird Wert gelegt.
4. Legenden bitte auf Extrablatt.
5. Fotos und Abbildungen bitte in reproduzierbarer Form (Auflösung 300.dpi)
6. Manuskript: 1 Original, 1 Kopie (maximal acht Seiten), auf Diskette (MS-word) oder online in Rücksprache mit der Redaktion

Es wird darauf hingewiesen, dass eingereichte Originalarbeiten und andere wissenschaftliche Artikel keinem anderen Verlag oder ähnlichem zur Veröffentlichung beziehungsweise zur Vermarktung abgegeben werden dürfen. Es sei denn, hierzu liegt die schriftliche Einverständniserklärung des Herausgebers vor. Ansonsten gilt das für wissenschaftliche Zeitschriften übliche Verlagsrecht.

An die Redaktion

UMWELT & GESUNDHEIT
Petersgasse 27
D-36037 Fulda

Ich möchte UMWELT & GESUNDHEIT abonnieren.

UMWELT & GESUNDHEIT
erscheint vierteljährlich.

Der Bezugspreis beträgt jährlich
EUR 19,- (zzgl. Porto und Versand)

Name _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Datum/Unterschrift _____