

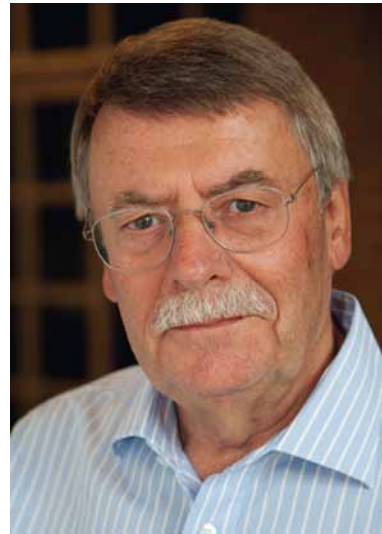
## Liebe Leserin, lieber Leser,

haben Sie sich schon mal überlegt, wie eigentlich die „Normalwerte“ zustande kommen, die bei Laborbefunden neben Ihren eigenen Messwerten stehen?

Dies sind meist Mittelwerte von vielen gesunden Personen - mit errechneten Grenzen nach oben und nach unten. Aber es gibt in der Medizin auch Messwerte, die nicht in diesem Sinn als „Normalwerte“ definiert sind, sondern als anzustrebende Zielbereiche. Das trifft zu für Gewicht, Blutdruck, Cholesterin oder Blutzucker. Dahinter steht jeweils ein Konzept der Vorbeugung, nämlich Risiken für verschiedene Erkrankungen zu senken: durch Änderungen der Ernährung, des

Lebensstils und auch durch Medikamente. Wichtige Gesichtspunkte zum klugen Umgang mit solchen Messwerten stehen in den Artikeln *Grenzwerte* (S. 5) und *Nachgefragt* (S. 19).

Panikmache ist leider in vielen Bereichen ein einträgliches Werbe- und Geschäftsprinzip. Nicht nur bei reißerisch aufgemachter, auch bei verdeckter Werbung fragen wir immer, ob und wem es nützt (z.B. auf S. 28). Wir meinen, dass Infektionen als Gefahr zwar generell ernst zu nehmen sind, dass Sie aber keinen Hygiene-Stick zur Infektionsabwehr brauchen (S. 10) und dass Vorsicht ein besserer Ratgeber ist als Angst (*Buchtipps* S. 22).



In diesem Sinne wünscht Ihnen Besonnenheit und Zuversicht im Neuen Jahr

Ihr

Dr. Dietrich von Herrath

## Mit Gute Pillen – Schlechte Pillen für mehr Durchblick

Wenn Sie Ihre Tageszeitung aufschlagen, kann es passieren, dass Sie heute eine Information zum Thema Brustkrebs, Diabetes oder Antidepressiva lesen, der schon morgen im selben Blatt widersprochen wird. Im Hörfunk oder TV-Beiträgen ist es oft nicht besser: Da darf eine Pharmafirma ihre Studie hochjubeln, obwohl deren Ergebnisse einer Nutzenbewertung durch unabhängige Wissenschaftler nicht standhalten. Das erfahren wir aber erst später oder auf einem anderen Sendeplatz. Noch ein Szenario: Fachärzte sprechen sich für ein bestimmtes Screening aus und kurz darauf erklärt eine Krankenkassenvertreterin, dass man die Kosten nicht erstattet. Gründe haben alle für ihre Position, aber eben auch Interessen.

**Gute Pillen – Schlechte Pillen** (GPSP) möchte Ihnen helfen, bei Informationen, die Ihre Gesundheit betreffen, den Überblick zu behalten und die Dinge im richtigen Licht zu sehen. Das gilt erst recht für die unsortierte Flut von Informationen aus dem Internet, hinter denen meist erhebliche Verkaufsinteressen stehen.

Wenn Sie es also leid sind, schon wieder von einer angeblich herausragenden Innovation zu hören, wenn Sie genauer wissen wollen, warum ein Medikament vom Markt muss, ein Nahrungsergänzungsmittel überflüssig ist und Früherkennung etwas anderes ist als Vorsorge, dann liegen Sie mit GPSP richtig. Sie finden zuverlässige Bewertungen von Behandlungsmöglichkeiten, er-

halten Tipps zur Gesunderhaltung, hören früh von neuen Arzneimittelrisiken und werden vor Lug und Betrug in der Werbung gewarnt.

GPSP ist garantiert frei vom Einfluss der Industrie und die Artikel sind wissenschaftlich fundiert. GPSP enthält keine Werbung und ist also auf Leserinnen und Leser angewiesen, die wissen, dass es sachkundige, unabhängige Information nicht umsonst geben kann. Unsere Abonnenten profitieren nicht nur von der Zeitschrift, sondern auch von unserem ständig wachsenden Archiv mit großer Datenbank im Internet. Über die Entstehungsgeschichte und die Redaktion von GPSP finden Sie mehr auf unserer Webseite.

**Infos zu GPSP**  
www.gp-sp.de