

### Schutz vor giftigem Baustaub



Beim Umbauen und Renovieren von älteren Häusern besteht die Gefahr, auf asbesthaltiges Baumaterial zu stossen. Asbest wurde früher bei Platten, als Mörtelzusatz oder bei Rohrisolationen eingesetzt. Werden diese Baumaterialien angebohrt, entfernt oder geschliffen, kann giftiger Asbeststaub freigesetzt werden, der Lungenkrankheiten fördert. Das Bundesamt für Gesundheit (BAG), das Bundesamt für Umwelt (BAFU) und die Suva empfehlen deshalb auf [www.forum-asbest.ch](http://www.forum-asbest.ch), asbesthaltige Materialien von speziell dafür qualifizierten Sanierungsfirmen entfernen zu lassen. Zwei online erhältliche Broschüren zeigen, wie sich asbesthaltige Materialien erkennen und professionell entsorgen lassen.

([forum-asbest.ch](http://forum-asbest.ch))

### 10 Jahre safetravel.ch



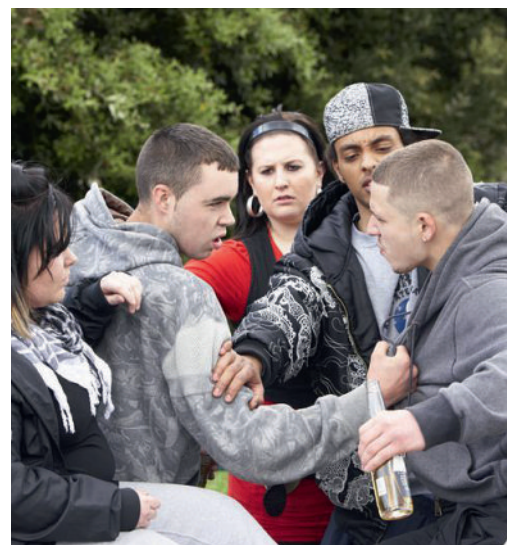
Seit zehn Jahren informiert [www.safetravel.ch](http://www.safetravel.ch) kostenlos und umfassend über medizinische Vorsichtsmassnahmen auf Reisen. In Zusammenarbeit mit den Experten des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin (ISPM) der Universität Zürich, des Centre de Vaccination et de Médecine des Voyages (PMU, Lausanne), der Poliklinik für Infektiologie und Reisemedizin (Inselspital, Bern) und des Schweizerischen Tropeninstituts (Basel) bringt die Abteilung für Internationale und Humanitäre Medizin des Universitätsspitals Genf (HUG) die Website regelmässig auf den neuesten Stand. Sie setzt sich damit für die Gesundheitsprävention der breiten Öffentlichkeit ein.

([Safetravel](http://Safetravel))

### «Risque de violence»

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool s'est déroulée le 18 novembre 2010. Alcool et violence vont souvent de pair. Sous le thème «Risque de violence», les centres spécialisés de prévention ont sensibilisé les personnes concernées et la population, au risque accru de violence en cas d'abus d'alcool. Une consommation problématique d'alcool ne débouche pas automatiquement sur des voies de fait, mais en matière de violence domestique, 30 à 40% des délits sont commis sous l'emprise de l'alcool. De même, lors d'événements sportifs, le week-end ou au cours de sorties nocturnes, l'alcool est souvent incriminé en cas de violence. En organisant des séances d'information et d'autres activités, les organismes spécialisés dans les dépendances encourageront les personnes touchées et leurs proches à profiter des offres d'aide existantes.

(*Addiction Info Suisse*)



Alcool et violence vont souvent de pair.

### Präventionsprogramm Heart@Work für Betriebe

Die Schweizerische Herzstiftung ortet in Unternehmen ein grosses Potenzial zur Gesundheitsförderung der Mitarbeitenden. Studien zeigen, wie gewinnbringend sich Massnahmen im Herz-Kreislauf-Bereich für Klein-, Mittel- und Grossbetriebe auswirken. Die Erkenntnis, dass es sich für einen Betrieb lohnt, in die Gesundheit der Mitarbeitenden zu investieren, hat sich vor allem bei KMUs noch nicht durchgesetzt. Die positiven Effekte las-

sen sich insbesondere für die hierzulande sehr häufigen Herz-Kreislauf-Erkrankungen und -Risikofaktoren belegen. Mit ihrem neuen Präventionsprogramm Heart@Work eröffnet die Schweizerische Herzstiftung den Firmen einen unkomplizierten und finanziell tragbaren Zugang zu gesundheitsfördernden Massnahmen.

(*Schweizerische Herzstiftung*)

### Hirnschlag rasch und einfach erkennen

Mit dem neuen Symptom-Check FAST ist die Erkennung eines Hirnschlags für Laien rasch und einfach möglich. Er beschränkt sich auf die drei Hauptsymptome: halbseitige Lähmung im Gesicht und am Arm sowie Sprechschwierigkeiten. Häufig kündigt sich ein Ereignis mit einer Durchblutungsstörung im Gehirn an. Eine solche «Streifung» äussert sich als flüchtige Sehstörung, vorübergehende Lähmung eines Arms, einer Hand oder eines Beines oder auch als Sprachstörung. Etwa 10–15% die-

ser Patienten erleiden in den folgenden drei Monaten einen Hirnschlag. Leider nehmen nur zwei von drei Betroffenen diese Vorboten ernst und fordern ärztliche Hilfe an. Doch ein günstiges Behandlungsergebnis hängt davon ab, wie schnell Medikamente zur Behebung der Durchblutungsstörung verabreicht werden. FAST lässt sich auf [www.swiss-heart.ch/medien](http://www.swiss-heart.ch/medien) herunterladen.

(*swissheart*)



Der Symptom-Check FAST bezieht sich auf die drei Hauptsymptome eines Hirnschlags.