

Weg mit der Brille

Scharf sehen ohne Brille oder Kontaktlinse – das ist jetzt auch für **stark Kurzsichtige** möglich: mit Hilfe einer Kunstlinse, die minimal-invasiv ins Auge implantiert wird. Infos: Augenklinik am Neumarkt, Köln, 08 00/0 62 86 29 (kostenlos).



Keine Chance für Nierensteine

Die **DASH-Diät** (viel Obst und Gemüse, Fisch, Geflügel, mager Milchprodukte) halbiert das Risiko von Nierensteinen, so US-Forscher. Salz, Fleisch, Wurst, Süßigkeiten und gezuckerte Getränke erhöhen es.



Keuchhusten keine Kinderkrankheit

Erwachsene leiden viel öfter an Keuchhusten als Kinder. Es drohen Komplikationen bis hin zur Lungenentzündung. Deswegen empfehlen Experten, sich alle zehn Jahre gegen **Pertussis**, so der Fachbegriff, impfen zu lassen. Fragen Sie bei Ihrem Hausarzt nach.