

Selbstverantwortung tragen – der eigenen Gesundheit zu Liebe

„ Die meisten Unfälle mit Fussgängern passieren auf dem Fussgängerstreifen“

Diese Aussage hat mich sehr nachdenklich gemacht. So grotesk sich dies anhört, es trifft in der heutigen Zeit immer mehr zu. Wir tendieren dazu, die Eigenverantwortung abzugeben, zu delegieren: „ auf dem Fussgängerstreifen habe ich Vortritt! der Autofahrer hat aufzupassen“... und manche steuern, ohne Blick nach links oder rechts, zielstrebig über den „Schutz“streifen. Derjenige, der die Strasse völlig unvernünftig wild überquert, ist sich seiner Selbstverantwortung bewusst und dadurch viel vorsichtiger und aufmerksamer auf den Autoverkehr rund um ihn. Dasselbe geschieht in der Gesundheitsbranche. Oft wähnt man sich in falscher Sicherheit : Ein Grippeimpfung schützt nicht vor Erkältungskrankheiten , nach einer Zeckenimpfung sind wir nicht immun gegen Zeckenbisse , auch die beste Sonnenschutzcrème gibt nicht grünes Licht für stundenlanges Sonnenbad über Mittag; die Malariaphylaxe ersetzt nicht den Insektenschutz
Es gäbe noch einige Beispiele die zeigen, dass alle Fortschritte in der Pharmabranche und Medizin nicht die Selbstverantwortung für die eigene Gesundheit ersetzen! Die besten Tabletten helfen nicht, wenn sie nicht vorschriftsgemäss eingenommen werden! Wir können nicht Schlankheitspillen schlucken und weiter essen wie bisher! Die modernste Medizin kann uns nicht die Verantwortung, die wir selbst gegenüber unserem Körper und unserer Gesundheit haben, abnehmen! Wir müssen immer mittragen und mitdenken!
Jede Vorsorge, jede Prophylaxe ist sehr wichtig – regulieren statt reparieren – agieren an Stelle von nur reagieren. Es braucht die Sicherheitsvorkehrungen im Strassenverkehr ! Wir müssen uns aber unserer eigenen Verantwortung wieder mehr bewusst sein und niemals den gesunden Menschenverstand ausblenden – in jedem Bereich des Lebens!

Ruth Kern, Präsidentin Apotheken Thurgau, Rathaus Apotheke Frauenfeld