

# KORRIGIERT

## und ausbalanciert

Zahnschienen schliessen unschöne Zahn-  
lücken oder verringern  
Kieferschmerzen – und  
sie können das Gleich-  
gewicht ihres Trägers  
verbessern, wie zwei Studien aus Barce-  
lona nahelegen. Die Forscher fanden her-  
aus, dass ein gewisser Zusammenhang  
besteht zwischen dem Zahnkontakt von  
Ober- und Unterkiefer einerseits und der  
Kontrolle von Haltung und Gleichgewicht



andererseits. Fehlstellungen wie etwa ein  
Kreuzbiss oder ein offener Biss können  
bei Betroffenen zu Gleichgewichtsstörun-  
gen führen – vor allem wenn sie übermü-  
det sind. Werden die Fehlstellungen kor-  
rigiert, verbessert sich auch die Balance.



### BIERTRINKER FÜHLEN ANDERS

Alkohol gilt als «sozialer  
Schmierstoff». Wieso das  
mehr als eine Redewendung  
ist, fanden Forscher am  
Unispital Basel heraus. Sie  
liessen 60 Probanden ent-  
weder ein Glas normales  
oder alkoholfreies Bier trin-  
ken und dann ein paar Tests  
absolvieren. Es zeigte sich,  
dass es den alkoholisierten  
Personen schneller gelang,  
in einer Menge fröhliche  
Gesichter auszumachen. Sie  
wollten auch lieber mit  
anderen Menschen eine  
schöne Zeit verbringen. Und  
es fiel ihnen – insbesondere  
wenn sie weiblich waren –  
leichter, sexuell explizite  
Bilder zu betrachten.

### WER FÄHRT, TELEFONIERT NICHT

Im Jahr 2015 sind bei Unfällen auf Schweizer Strassen, die  
auf Ablenkung und Unaufmerksamkeit zurückzuführen wa-  
ren, 940 Menschen schwer verletzt und 58 getötet worden.  
Die Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu empfiehlt Fahr-  
zeuglenkenden die folgenden Sicherheitstipps: Vor der  
Abfahrt das Handy auf Flugmodus schalten, den Lieblings-  
radiosender einstellen und das Navigationsgerät program-  
mieren. Während der Fahrt keine Textnachrichten lesen  
oder schreiben und keine An-  
rufe annehmen – auch nicht  
per Freisprecheinrichtung.  
Halten Sie an einem sicheren  
Ort, wenn Sie etwas Ablen-  
kendes erledigen müssen.



### Vorsicht, Online-Sucht!

Wann wird eine Gewohnheit  
zur Sucht? Was sind Alarm-  
signale für Angehörige? Wel-  
che Behandlungsmöglichkei-  
ten gibt es? Im Rahmen der  
Aktionstage Psychische Ge-  
sundheit 2016 des Kantons  
Basel-Stadt findet am 17. Ok-  
tober in Basel ein kostenloser  
Vortrag über Onlinesucht

statt. Der Psychologe und  
Spezialist für Onlinesucht Re-  
nanto Poespodihardjo unter-  
hält sich dabei mit einem  
ehemals gamesüchtigen Ju-  
gendlichen. Im Fokus der  
diesjährigen Aktionstage ste-  
hen die Angehörigen von psy-  
chisch erkrankten Menschen.  
[www.allesgutebasel.ch](http://www.allesgutebasel.ch)



### DIE KRAFT DER SELBSTHEILUNG

Wer positiv denkt, wird  
schneller gesund. Wer an  
etwas glaubt, spürt weniger  
Leid. Darauf schwören  
mittlerweile nicht mehr nur  
esoterische Zirkel. Solche  
Weisheiten werden auch von  
Neurologen, Medizinern,  
Biologen und Psychologen  
untersucht – und vieles  
davon bestätigt sich.  
Jo Marchant, die Autorin  
des Buches «Heilung  
von innen», hat weltweit  
Forscher, Heiler und  
Patienten befragt und das  
grosse Potenzial unserer  
Selbstheilungskräfte  
ausgelotet. Rowohlt,  
21.90 Franken.