



Prof. Dr. med. Arthur Helbling
Leiter der Allergiestation Spital Netz Bern Ziegler,
Leitender Arzt Allergologisch-Immunologische
Poliklinik, Inselspital Bern

Prof. D' méd. Arthur Helbling
Chef de l'unité d'allergologie, Spital Netz Bern
Ziegler, Médecin adjoint Allergologie/Immunologie
clinique, Hôpital de l'Île, Berne

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser

Obwohl erst seit kurzem Mitglied des Stiftungsrats von *aha!*, fühle ich mich als Dinosaurier in ihrem Umfeld. Vor 13 Jahren habe ich schon bei der Vorläuferorganisation «Das Band» als ehrenamtlicher Fachmitarbeiter für das Gesundheitsmagazin «Ja – wir atmen» Artikel für Betroffene verfasst und Elternfragen beantwortet.

Seit der Nullnummer der *aha!news* im April 2000 habe ich gelernt, meine persönliche Erfahrung als Allergiker (Oktober 1997 – «Jetzt bin ich ein Früchtemuffel») auf möglichst objektive, evidenzbasierte Art in die Artikel einfließen zu lassen, damit die heute meist bereits gut informierten Betroffenen ihrer Erkrankung mit noch mehr Kompetenz begegnen können.

aha! entwickelte sich in den vergangenen neun Jahren zu einem «Boliden» mit professionellem Umfeld in Führung und Beratung. Die Zusammenarbeit mit Spezialisten – auch ausserhalb des Kerngebiets – wird konsequent gesucht. Wurde die Frage «Darf Dani trotz Asthma einen Hund haben?» im April 2000 noch konsequent mit «Ja» oder «Nein» beantwortet, wird heute Wert auf massgeschneiderte Lösungen gelegt.

Als Kompetenzzentrum will *aha!* nicht nur das Optimum für die Betroffenen erreichen. *aha!* strebt immer wieder auch Neues an und öffnet damit weitere Türen für die Zukunft. Meine Aufgabe im Rat sehe ich als Pragmatiker und Facharzt. Damit Grundidee und Ziele der Organisation trotz heutiger Schnellebigkeit und Cyberwelt und trotz Druck durch Medien und Politik bewahrt und ein «Controlling» gewährleistet bleiben.

Chère lectrice, cher lecteur,

Bien que nouveau venu au conseil de fondation d'*aha!*, je me sens déjà comme un dinosaure. En effet, je faisais déjà partie il y a 13 ans de l'organisation qui l'a précédée « Das Band »; à l'époque, je collaborais en tant que rédacteur spécialisé au magazine de santé « Ja – wir atmen » et dans ce cadre, j'ai eu à rédiger plusieurs articles à l'attention des patients et à répondre aux questions de parents.

Depuis l'édition inaugurale des *aha!news* en avril 2000, j'ai appris à rendre compte de mon expérience personnelle d'allergique (octobre 1997 – « Me voici devenu anti-fruits ») de manière aussi objective et factuelle que possible dans mes articles, afin que les personnes allergiques, déjà bien informées pour la plupart, soient encore mieux à même de gérer leur maladie en toute connaissance de cause.

Au cours des neuf dernières années, la fondation *aha!* s'est muée en « turbo » de la conduite et du conseil professionnels en matière d'asthme et d'allergie. En tout temps, *aha!* recherche la collaboration avec des spécialistes, y compris en dehors de son domaine attiré. Alors qu'en avril 2000, on répondait encore résolument par « oui » ou par « non » à la question « Dani, qui est asthmatique, peut-il avoir un chien ? », on s'efforce aujourd'hui de mettre en place des solutions sur mesure.

aha! est un centre de compétences qui non seulement aspire au meilleur pour les patients, mais explore continuellement des voies nouvelles et ouvre ainsi des portes vers l'avenir. Quant à ma mission dans ce conseil, je la conçois comme celle d'un pragmatique autant que d'un médecin spécialiste. Elle vise à préserver le concept de base et les buts de l'organisation et à maintenir un « controlling » malgré la vie trépidante que nous menons, le cyberspace ou la pression des médias et des politiques.

Inhalt | Sommaire

■ aha!news

- 4 Dies & Das | De choses et d'autres
- 5 Bin ich allergisch? Wohne ich gesund?
- 22 Neue Produkte mit dem Güt esiegel von *aha!*
- 23 Les nouveaux produits dotés du label de qualité *aha!*
- 25 Agenda
- 26 *aha!infoline*
- 35 Impressum/Vorschau

■ Gesundheit | Santé

- 11 Frühling Birkenpollenallergie – Herbst Obstallergie
- 16 Wen es juckt, kratzt wider besseres Wissen
- 18 Quand ça démange, on se gratte quoi qu'il en coûte
- 20 Ekzeme im Intimbereich – was tun?
- 21 L'eczéma des parties intimes

■ Hintergrund | Toile de fond

- 6 CO₂ raus, O₂ rein – Schluss mit dicker Luft
- 8 Halte à l'air vicié: exit le CO₂, place à l'oxygène
- 12 Visionen von Harmonie, gesundem Wohnen und Arbeiten
- 15 Gesundes Innenraumklima dank MINERGIE-ECO®
- 27 La santé pour tous
- 30 Asthma und Übergewicht
- 32 Von der saftigen Traube zum fruchtigen Tropfen
- 33 Kreuzworträtsel
- 34 Ratgeber

Ökologie, modernste Technik und Architektur in Einklang gebracht: Das MINERGIE-P-ECO®-Haus in Thun. Immer häufiger werden Häuser nach MINERGIE-P-ECO®-Standard gebaut, mit besonderem Fokus auf bauökologische und gesundheitliche Aspekte. Das in diesem Sommer zertifizierte Mehrfamilienhaus in Thun bringt eine zusätzliche Innovation: Es ist gänzlich mit Schafwolle isoliert. Das Haus hat eine ungewöhnliche Baugeschichte und einen Bauherrn, der nichts dem Zufall überlässt. Mehr dazu auf Seite 12 und 13.

L'architecture et les techniques modernes à l'unisson avec l'écologie: la maison MINERGIE-P-ECO® à Thoune. De plus en plus de maisons sont construites au standard MINERGIE-P-ECO®, qui privilégie les aspects de la santé et de l'écologie de la construction. La maison, un immeuble collectif certifié cet été à Thoune, apporte une innovation supplémentaire: il est entièrement isolé avec de la laine de mouton. Sa construction a une histoire peu orthodoxe où rien n'a été laissé au hasard par le maître de l'ouvrage. Lire en pages 12 et 13.

Foto: aha!

