

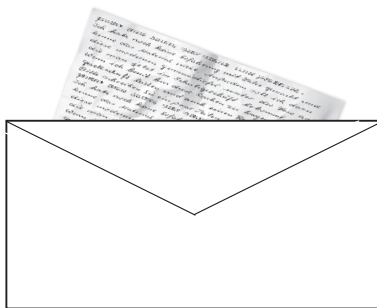


Kapitel 1

Fragen gibt es, die fallen einem im Traum nicht ein

Die meisten Leser wenden sich an uns, weil sie nicht mehr weiterwissen, sich von Behörden allein gelassen, von Institutionen abgewimmelt oder nicht ernst genommen, von Chefs oder Vermietern ausgenutzt oder Vertragspartnern überrumpelt fühlen.

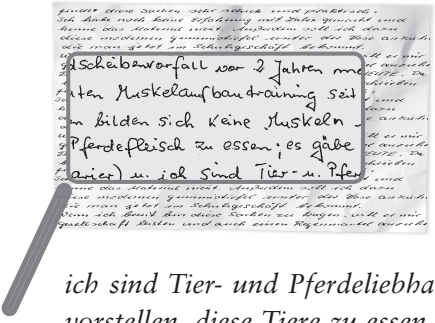
Aber in jedem Stapel Post gibt es auch die Briefe, bei deren Lektüre automatisch Kopfschütteln einsetzt. Und wir haben manchmal das Gefühl, hier will uns jemand auf den Arm nehmen oder einfach mal unsere Grenzen antesten. Manchmal erfordert es schon einige Mühe, das Anliegen noch sachlich zu betrachten. Aber auch dann bemühen wir uns um eine entsprechende Antwort. Überzeugen Sie sich selbst.



Soll ich wirklich täglich Pferdefleisch servieren?

Sehr geehrte Redaktion,
nach seinem zweiten Bandscheibenvorfall vor 2 Jahren
macht mein Mann auf ärztliches Anraten Muskelaufbau-
training seit ca. 1 1/2

Jahren. Trotz Anstren-
gungen bilden sich keine
Muskeln, und sein Train-
er rät, tagtäglich Pfer-
defleisch zu essen; es gä-
be nichts Besseres. Meine
Familie (Vegetarier) und



Bandscheibenvorfall vor 2 Jahren ma-
chen Muskelaufbau-training seit
ca. 1 1/2 Jahren. Trotz Anstren-
gungen bilden sich keine Muskeln
und sein Trainer rät, tagtäglich
Pferdefleisch zu essen; es gäbe
nichts Besseres. Meine Familie
(Vegetarier) und ich sind Tier- und
Pferdeliebhaber und können uns
nicht vorstellen, diese Tiere zu
essen. Ich weigere mich, in mei-
nen Töpfen Pferdefleisch zuzu-
bereiten. Bitte, wissen Sie Rat
und Hilfe. Muss ich das wirklich
machen?

ich sind Tier- und Pferdeliebhaber und können uns nicht
vorstellen, diese Tiere zu essen. Ich weigere mich, in mei-
nen Töpfen Pferdefleisch zuzubereiten. Bitte, wissen Sie
Rat und Hilfe. Muss ich das wirklich machen?

Eine Leserin, die zumindest beim Kochen
nicht aufs richtige Pferd setzen möchte

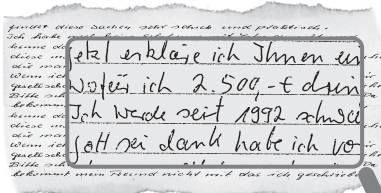
Sehr geehrte Leserin,
so richtig nachvollziehen können wir den sicherlich gut
gemeinten Rat des Trainers, Ihr Mann möge täglich Pferde-
fleisch essen, eigentlich nicht. Wir haben lange recher-
chiert, aber keine gesicherten medizinisch-wissenschaft-
lichen Hinweise auf eine besondere muskelbildende
Wirkung von Pferdefleisch gefunden. Medizinisch abge-
sichert dagegen ist, dass eine Vergrößerung der Muskel-
masse den Bedarf an Proteinen in der Nahrung erhöht. Da-
bei handelt es sich um Eiweißstoffe, die bei der Verdauung
in ihre Bestandteile zerlegt werden. Auf diese Aminosäuren

ist der Körper besonders angewiesen, denn er kann sie nicht selbst produzieren. Aber auch proteinreiche Nahrung vermag keine Wunder zu vollbringen.

Wir vermuten, dass beim Tipp des Trainers eine große Portion Aberglaube mitschwingt. Denn der Proteingehalt von Fleisch beträgt bis zu 31 Prozent, davon kann der Körper bis zu 68 Prozent verwerten. Käse jedoch hat einen Proteingehalt bis zu 36 Prozent, und bis zu 70 Prozent werden vom Körper verarbeitet. Statt Pferdefleisch könnte Ihr Mann also auch viel Käse essen. Allenfalls kann generell gesagt werden, dass rotes Fleisch (Rind, Pferd) mehr Eisen als weißes (z.B. Geflügel) enthält, was sich ebenfalls gesundheitlich auswirken kann. Diese Wirkung lässt sich aber auch durch zusätzliche Eisengaben erreichen. Darüber sollte Ihr Mann einmal mit seinem Arzt sprechen. Die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln ohne ärztliche Empfehlung halten wir für nicht sinnvoll.

Wie bekomme ich 2500 Euro für einen Geistheiler geliehen?

*Sehr geehrte Redaktion,
leihen Sie mir Geld? Jetzt erkläre ich Ihnen einmal genau, wofür ich 2500 € dringend benötige. Ich werde seit 1992 schwarzmagisch bearbeitet. Gott sei Dank habe ich voriges Jahr von dem weltbekannten Geistheiler ... die Telefonnummer von ... bekommen. In Afrika macht er Befreiungsrituale*



von schwarzer Magie. Das Geld brauche ich für einen Flug nach Mali und zurück, Impfkosten, Visum, 6 Tage Hotel und 700 € für die Rituale. ... hat mir hundertprozentig zugesagt, dass er mir helfen kann und ich nach den Ritualen ein vollkommen neues Leben bekomme! Sofort nach meiner Rückkehr werde ich mich als Geistheilerin ausbilden lassen, also ist sichergestellt, dass ich das Geld, das Sie mir leihen, schnellstmöglich zurückzahle!

Eine geistreiche Leserin aus Bayern,
von der ein seltsamer Zauber ausgeht ...

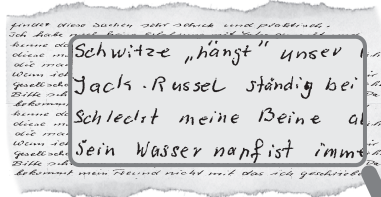
Sehr geehrte Leserin,
leider können und dürfen wir Ihnen das benötigte Geld nicht leihen. Dafür bitten wir Sie um Verständnis. Denn wenn wir *einem* Leser finanziell unter die Arme greifen, müssten wir dies auch allen anderen einräumen. Das aber würde unsere Möglichkeiten, vor allem die finanziellen, weit übersteigen.

Leider befürchten wir, dass Sie auch kaum eine Bank finden werden, die Ihnen ein Darlehen geben wird. Denn Ihre Rückzahlungszusage beruht ja allein auf erhofften Verdiensten aus einer Tätigkeit, die Sie künftig erst noch erlernen möchten. Vor diesem Hintergrund sollten Sie eventuell lieber versuchen, andere von der Geistesheilung überzeugte Personen zu einer privaten Kreditgewährung zu bewegen.

Wir bedauern, Ihnen keine andere Auskunft geben zu können, und wünschen Ihnen alles Gute bei dem mutigen Schritt in die Selbständigkeit.

Warum schleckt mir unser Hund immer die Beine ab?

Liebe Redaktion,
wenn ich im Sommer schwitze, »hängt« unser Hund, ein Jack Russell, ständig bei mir und schleckt meine Beine ab. Sein Wassernapf ist immer gefüllt. Hat er Mangelerscheinungen?



Eine Leserin mit einem überaus »anhänglichen« Vierbeiner

Sehr geehrte Leserin,
bitte machen Sie sich wegen des Verhaltens Ihres Hundes keine allzu großen Gedanken. Denn neben der Zuneigung zu Ihnen dürfte es wohl vor allem der salzhaltige Schweiß sein, der Ihren Hund zu diesen »Schleckereien« bringt.

Eventuell kann es auch auf Mangelerscheinungen hinweisen. Normalerweise sollten sie zwar nicht auftreten, wenn der Hund mit einem handelsüblichen Alleinfutter versorgt wird, das alle erforderlichen Nährstoffe enthält und als Trocken- oder Nassfutter gegeben wird. Es ist aber nicht auszuschließen, dass gesundheitliche Umstände beim Hund dazu führen, dass er nicht alle Nährstoffe verwerten kann. Dies sollte zur Sicherheit von einem Tierarzt abgeklärt werden, z.B. durch eine Blutuntersuchung.