

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort 7

Kleine Geschichte der  
Medizinmeteorologie:  
Von Hippokrates zur modernen  
Medizinmeteorologie 10

Wetter und Gesundheit 15

Der Einfluß von Wetter und Klima auf den  
Organismus 15

Wetterfähigkeit 18

Wetterempfindlichkeit 22

Wetterklassifikationen 23

Wetterabhängige Krankheiten 25

Herz-Kreislauf-Erkrankungen 28

- Herzinsuffizienz 28

- Angina pectoris 29

- Herzinfarkt 30

- Herztod 31

- Hypotone Kreislaufreaktionen 32

- Hypertone Kreislaufreaktionen 32

Atemwegserkrankungen 33

- Asthma bronchiale 33

- Erkrankungen der oberen Luftwege 35

Entzündliche Erkrankungen 36

- Angina tonsillaris 36

- Erkältungskrankheiten 36

- Grippe 37

- Appendizitis 37

- Entzündlicher Rheumatismus 38

Erkrankungen des spastischen

Formenkreises 40

- Nierenkoliken 40

- Gallenkoliken 40

Störungen der Blutgerinnung 41

- Thrombose 41

- Embolie 41

- Verstärkte Blutungsbereitschaft 42

Neurologische Erkrankungen 42

- Kopfschmerzen 42

- Migräne 43

- Nerven- und Phantomschmerzen 44

- Schlaganfall 44

5 - Epilepsie 45

- Psychische Erkrankungen 45
  - Neurosen 46
  - Angstzustände 47
  - Depressive Zustände 48
  - Depressiv bedingte Selbsttötung 48

- Das gesundheitliche Befinden bei verschiedenen Wetterphasen 49
- Im sommerlichen Hochdruckgebiet 49
- Im winterlichen Hochdruckgebiet 51
- Auf der Vorderseite des Tiefs 52
- Im Bereich des Warmfrontdurchgangs 53
- Im Warmsektor des Tiefs 53
- Im Bereich der Kaltfront 53
- Auf der Rückseite der Kaltfront 54
- Im Bereich von »Kaltlufttropfen« 54
- Bei Föhn 55

- Wetter und Unfallgeschehen 58
- Verkehrsunfälle 58
- Betriebsunfälle 58

- Wetter und Kriminalität 59

- Wetterreaktion und Landschaft 60

- Maßnahmen gegen wetterbedingte Beschwerden 60

- Allgemeine Maßnahmen 61
  - Körperliches Training 61
  - Entspannungstherapien 65
  - Ausgewogene Ernährung 67
- Spezielle Maßnahmen 69
  - Medikamente 69
  - Elektroklima 69
  - Behandlung von Krankheiten 70

- Informationsmöglichkeiten über wetterabhängige Krankheiten 71
- Wetterberichte für Ärzte (Bioprogramm) 71
- Informationsdienst für Laien 71

## Saisonbedingte Krankheiten 72

## Klima und Gesundheit 78

### Klimareize und Klimatherapie 78

- Bioklimatische Wirkungskomplexe 80
- Der thermische Wirkungskomplex 81
- Der photoaktinische Wirkungskomplex 86
- Der luftchemische Wirkungskomplex 89
- Die Kurorte: Klassifikation und Klimate 94
- Einteilung der Kurorte 94
  - Erholungsorte 94
  - Luftkurorte 95
  - Heilklimatische Kurorte 95
  - Heilbäder, Kneippheilbäder und Kneippkurorte 95

### Bioklimazonen 96

- Das Belastungsklima 96
- Das Schonklima 96
- Das Reizklima 97
- Das Seeklima 98
- Das Hochgebirgsklima 98
- Das Waldklima 99
- Das Stadtklima 102
- Das Raumklima und das Klima an der Arbeitsstätte 105

### Bioklimakarten 106

- Akklimatisation: die Anpassung des Körpers an Klimaänderungen 106

### Bioklimatische Beratungen 109

- Klima und Urlaub 109
- Wohnsitzberatungen 110
- Beratungen für Planungen aller Art 111

## Anhang 112

### Glossar 112

### Adressenverzeichnis 114

### Literaturhinweise 115

### Register 118