

## EDITORIAL

## Herzlich willkommen!

Es herrschen *fast kriegsähnliche Zustände* zwischen den Anhängern der Alternativmedizin und denen der Schulmedizin. Die einen preisen ihre Methoden mit *Anekdoten über geheilte Patienten*. Die anderen halten Pflanzenarzneien, Akupunktur und Homöopathie für *Quacksalberei und Betrug*. Doch nun nähern sich beide Seiten an, wie sich bei der Recherche zu unserer Titelgeschichte zeigte. Für die Patienten hat dieser *Friedensprozess* nur Vorteile. Wir freuen uns, wenn Sie uns auch von Ihren Erfahrungen berichten!

— Ihre ZEIT Wissen-Redaktion



**Pflanzliche Medikamente** nehmen viele Menschen lieber als konventionelle Pillen. Aber wirken sie auch?

## TITEL

## Wie gut hilft die Naturmedizin wirklich?

SEITE 12

- 15 Die Heilkraft der Natur**  
Aloe vera, Ginkgo, Rosskastanie: Welche Pflanzen haben tatsächlich einen Nutzen?
- 20 Was Patienten unbedingt beachten sollten**  
Medizin aus der Natur gilt vielen zwar als harmlos, trotzdem ist Vorsicht geboten. Wichtige Ratschläge von Experten.
- 24 Leserfragen zur Naturmedizin**  
Von Bachblüten bis Zwiebelsäckchen: Die wichtigsten Antworten auf Ihre Fragen.



**An Luftballons** erinnern die Animationen, die Hans Rosling aus Statistiken entwickelt. SEITE 36

## Wissenschaft

- 26 Ja – Nein – Vielleicht**
- 28 Der Doktor-Vater**  
Ärzten ist die Krankheit von Beatrice ein Rätsel. Nun sucht ihr Vater auf eigene Faust in ihrem Erbgut nach der Ursache.
- 36 Porträt: Der Regisseur der Zahlen**  
Aus Statistiken zur Weltgesundheit macht Hans Rosling spannende Animationen. Für seine rasanten Bühnenshows ist er berühmt.
- 40 Vorsicht, Lexikon!**  
Glauben Sie nicht alles, was in Nachschlagewerken steht. Selbst in den seriösesten gibt es Scherzeinträge.

## Gesundheit

- 42 Geht gut – Geht schlecht – Geht gar nicht**
- 44 Schwanger und positiv**  
HIV-infizierte Frauen können heute völlig gesunde Kinder zur Welt bringen – wenn sie rechtzeitig behandelt werden.

Titelfoto: Mareike Foeking; Fotos: M. Foeking; E. Toll; M. Jumbhe; Ostram Opto Semiconductors

## Technik

- 50 On – Off – Stand-by**
- 52 Das perfekte Licht**  
Wissenschaftler und Ingenieure suchen einen würdigen Nachfolger für die gute alte Glühbirne.
- 58 Galerie: Öl**  
Der Schmierstoff der Welt geht zur Neige. Mit großem Aufwand holen Ölkonzerne die letzten Reserven aus dem Boden.
- 68 Nebenjob 2.0**  
Korrigieren, Fotografieren, Besserkennen: Im Internet kann jeder sein Hobby zu Geld machen.
- 74 Einfach mehr verstehen: Sicherheit am Flughafen**  
Wie uns neue Überwachungstechnik vor Terroranschlägen schützen soll.

## Leben

- 86 Glaube – Liebe – Hoffnung**
- 88 Kampf gegen den Sand**  
Die Ausbreitung der Wüsten ist eines der größten Umweltprobleme Chinas. Zugleich bietet sie aber eine Chance für Bürgerinitiativen.



**Mit Pflanzaktionen** versuchen die Menschen in Mingin, die Wüstenbildung aufzuhalten. SEITE 88



**Glühbirnenfreie Zone** Erste Gebäude werden bereits vollständig mit LEDs beleuchtet. SEITE 52

## Dossier: Kosmos

Am Anfang war der Urknall, aber wie geht das Universum zu Ende? Und wo ist unser Platz im Kosmos? Diese Fragen faszinieren die Menschen seit Langem. Eine Zwischenbilanz, 13,7 Milliarden Jahre nach dem Urknall.

- 78 Das Ende von allem**  
Angetrieben von einer rätselhaften Kraft, dehnt sich das Universum immer weiter aus. Wird die Welt eines Tages zerreißen?
- 79 Antworten auf sieben letzte Fragen**  
Ende in Etappen: Wüstenkontinente, Rote Riesen und Weiße Zwerge.
- 80 Die fünf Zeitalter des Universums**  
Von der Urmaterie bis zum Verdampfen der letzten Schwarzen Löcher.

## Rubriken

- 6 Extreme  
9 Pro & Contra  
10 Analyse  
11 Woran arbeiten Sie gerade?  
74 Einfach mehr verstehen  
76 Leserforum/Rätsel/Impressum  
101 Kiosk/Medien  
104 Kaufen/Nicht kaufen  
106 Das will ich wissen

## Im nächsten Heft

Teil 2 der Serie: »Alternative Medizin«  
Heilung aus Fernost: Sind Ayurveda, TCM und Yoga mehr als Wellness?

So werden Sie unsterblich  
Wie jeder mithilfe der Wissenschaft zu ewigem Ruhm gelangen kann.

**Das nächste ZEIT Wissen**  
erscheint am 6. April 2010