

Travel Sickness

Mal de mer, travel sickness and motion sickness all mean the same: feeling unwell when travelling by car, boat or plane. Medically known as **kinetosis**, it is caused by the inner ear sending signals to the brain that are different from what the eyes are actually seeing.

There are lots of remedies for motion sickness. One is minimizing **motion**, by sitting in the front of the car, or in the middle of the boat. Looking straight ahead at a fixed point helps some **sufferers**. Children can be helped by **distracting** them with music or singing songs on long journeys. Fresh air is good, especially on car journeys. If all these tricks don't work there is also **ginger** in the form of tea or **biscuits**. Ginger is also available in tablet form at the pharmacy.

Female Pharmacy customer: Hello, do you speak English?

PTA: Yes, I do. How may I help you?

Do you have anything for travel sickness?

Oh, we have quite a few products. Is it for a child or an adult? It's for an adult.

Have you tried ginger? Ginger?

Yes, ginger. Some **clinical trials** have shown that it helps, especially if you have problems with **nausea**. Apparently, it helps with the nausea associated with travel sickness.

But travel sickness is not just nausea. I have heard about acupressure in the form of special acupressure **bracelets**.

Yes, we have them but you have to be very exact at which **pressure point** that you apply them to. I have problems with travel sickness myself. It's not always the same and actually **depends** on how long the trip is and if it's me or someone else doing the driving. It's also different if I'm on a plane or a boat. Me too! I'm always afraid that any medication I take will make me **drowsy**!

While that is true, there have been a lot of **advances** in treatment in the last years. **Aside from** tablets, we have chewing gum for travel sickness, and special patches.

Patches! I thought they were only for things like contraceptives or for trying to give up smoking!

You are right there! They exist for many other indications. These patches are **applied** just behind the ear. They may help you with the confusion between what you see, and the signals that the ear is sending to brain when you are moving through space but your body is stationary, which cause the problem.

Aren't there any side effects?

Yes. They include drowsiness, dry mouth and itchy eyes. Not everybody experiences these side effects. And you also have to be careful if you are taking other medication that may cause drowsiness, such as muscle relaxants, anti-allergy medication or anti-depressants.

What were you saying about ginger and chewing gum!

The chewing gum has a **two-fold effect**: the **active ingredient** helps with the motion sickness and the nausea. The **saliva** produced by chewing is a natural antacid which can prevent acid-reflux, also a symptom of motion sickness.

I'll take the chewing gum and ginger tea, please.

There you are. Make sure to start chewing well before taking your trip!

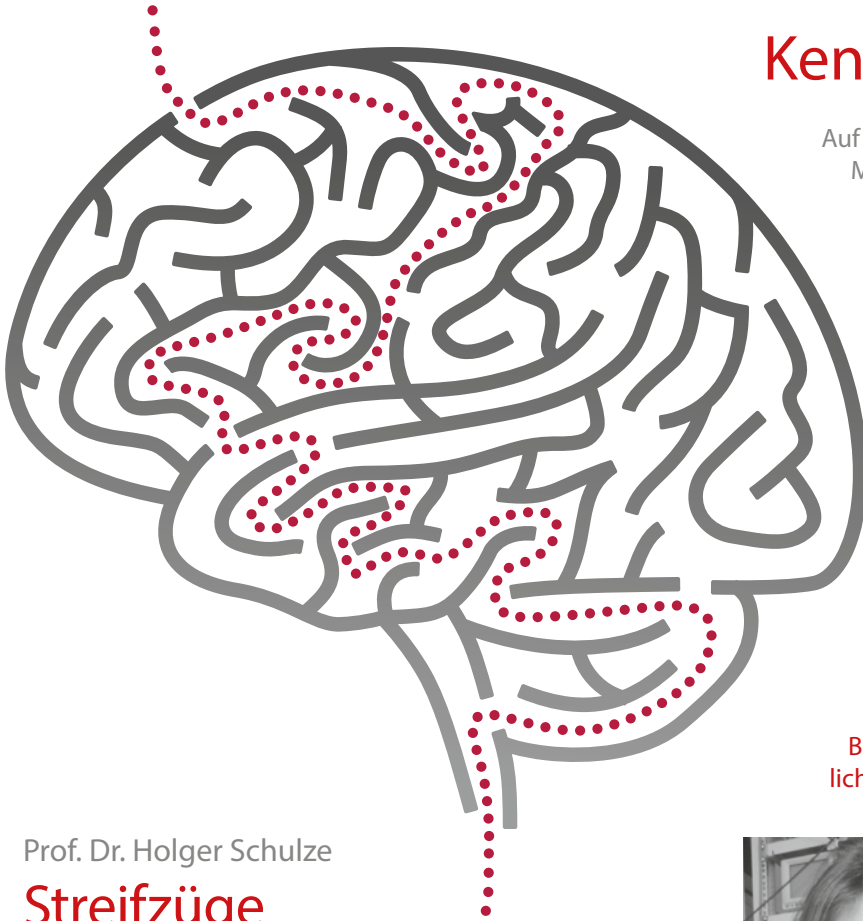
I will, thank you. Goodbye.

Goodbye. ■

*Catherine Croghan,
Lecturer in English and native speaker*

VOCABULARY

travel sickness	Reisekrankheit, Reiseübelkeit
kinetosis	Kinetose, Reiseübelkeit
motion	Bewegung
sufferers	Leidende
distracting	ablenken
ginger	Ingwer
biscuits	Kekse
adult	Erwachsene
clinical trials	klinische Studien
nausea	Übelkeit, Brechreiz
bracelets	Armbänder
depends	es kommt darauf an
drowsy	schläfrig
advances	Fortschritte
aside from	abgesehen von
applied	(hier) zur Anwendung gebracht
two-fold effect	zweifacher Wirkung
active ingredient	Wirkstoff
saliva	Speichel



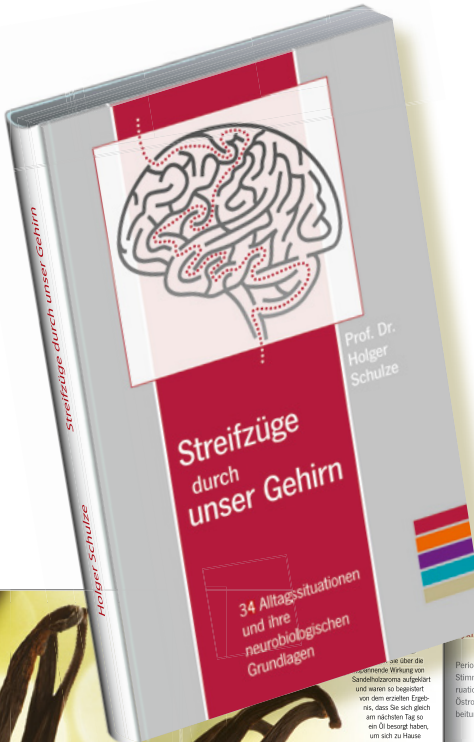
Kennen Sie das auch?

Auf einer Feier stehen Sie mitten unter zahllosen Menschen und hören doch auf einmal, wie jemand am anderen Ende des Raumes Ihren Namen sagt. Oder ein Geruch, den Sie lange nicht mehr wahrgenommen haben, bringt plötzlich uralte Erinnerungen an längst vergangene Kindertage hervor.

Haben Sie sich in solchen Situationen nicht auch schon einmal gefragt, wie unser Gehirn es eigentlich schafft, solche Leistungen zu vollbringen? Genauso ratlos stehen wir oft den Phänomenen gegenüber, die in Folge von Erkrankungen des Gehirns auftreten, etwa bei Demenz oder Parkinson.

Die 34 unterhaltsamen Texte von Prof. Schulze eignen sich als Einstiegsthema für Vorträge und Beratungsgespräche ebenso wie als leicht bekömmliche Freizeitlektüre mit wissenschaftlichem Nährwert.

Prof. Dr. Holger Schulze
Streifzüge durch unser Gehirn
 34 Alltagssituationen und ihre neurobiologischen Grundlagen



Prof. Dr. Holger Schulze ist Leiter des Forschungslabors der HNO-Klinik der Universität Erlangen-Nürnberg sowie auswärtiges wissenschaftliches Mitglied des Leibniz-Instituts für Neurobiologie in Magdeburg. Seine Untersuchungen zielen auf ein Verständnis der Neurobiologie des Lernens und Hörens.

ISBN 978-3-930007-27-1
 UMSCHAU ZEITSCHRIFTENVERLAG
 96 S., Hardcover, durchgängig 4-farbig € 9,90 [D]

Online bestellen und Leseproben anschauen: www.uzvshop.de

Im Reich der Düfte
 Gerüche sind mit Emotionen verbunden
 Annäherungen mit natürlichen überlappenden
 Olfaktoren, „se“ und verschmelzen Geruchssinn und
 Wohlbehagen. Was ist dran an diesem heilsamen
 Duft?

Wie über die
 ständige Wirkung von
 Duftstoffen aufgelegt
 und warum so begeistert
 von dem ersten Erlebnis,
 dass Sie sich gleich
 am nächsten Tag so
 einfließen lassen,
 Bad oder mit einer
 Duftkerze durch den
 Raum zu lassen,
 und möglicherweise
 haben Sie dabei auch
 die Erfahrung gemacht,
 dass Erinnerung durch
 Duftstoffe auch
 auch dabei zu fördern
 können scheint.

In der Tat können Gerüche
 verschiedensten Ausprägungen
 haben, von der emotionalen
 Entspannung über erregende
 oder aktivierende Zustände bis hin
 auch zu aversiven Reaktionen wie
 Übelkeit oder Ekel.

Denn Düfte diese Effekte auf uns haben,
 beruht diese allerdings nicht, wie gemeinhin
 angenommen, auf physiologischen Wirkungen der
 Duftstoffe selbst, sondern auf einer Assoziation,
 die wir mit ihnen verbinden.

Kennen Sie Ihren Partner?
 Mensch veränderte Wahrnehmung

Periodisch wiederkehrende, hormonbedingte
 Stimmungsschwankungen während des Menstru-
 zyklus sind uns seit Längerem bekannt.
 Östrogene beeinflussen aber auch die Reizverar-
 beitung in sensorischen Zentren.

Kennen Sie das auch? Meinungsverschiedenheiten, bei denen Sie den
 Eindruck haben, dass man sich gegenseitig einfach nicht versteht?
 Sicherlich haben viele Frauen in solchen Situationen schon mal den Satz
 von ihrem Partner gehört: „Du Schatz, kann es vielleicht sein, dass Du
 Deine Tage bekommst?“ Und oft werden Sie festgestellt haben, dass
 dies tatsächlich der Fall war.

Was ist der Mensch?
 Ein funktionierendes Frontallhirn
 bestimmt unsere Persönlichkeit

Personlichkeit und Charakter, die Fähigkeit,
 sich in andere hineinzuversetzen, ihre Reaktionen
 einzuschätzen, mitzufühlen und vorausschauend zu planen
 – all das sind Eigenschaften, die den Menschen ausmachen.

Kennen Sie das auch? Ein Ihnen nahestehender Mensch, ein Verwandter
 oder enger Freund, ist an seinem Hinterkopf erkrankt und Sie haben
 auf einmal das Eindruck, dass sich dadurch am Ihnen verändert hat?
 Möglicherweise entwickeln sich neue Charakterzüge, die Sie nie an ihm
 kannten, aggressive Verhaltenstendenzen, die Sie nie zuvor bei ihm
 beobachtet haben. Irgendwann hören Sie sich selbst den Satz sagen:
 „Ich kenne Dich gar nicht mehr!“ oder „Du bist nicht mehr der, der Du
 mal warst!“ Wie kann es sein, dass sich jemand damit verändert, dass
 er sichtbar ein ganz anderer Mensch wird? Was ist der Mensch eigentlich?
 Sind Persönlichkeit und Charakter nicht genetisch festgelegt?
 einer Person, unbeeinträchtigt durch den Einfluss von Wissen, seiner
 „Seele“ veränderbar?

Wir nehmen uns selbst, unser bewusstes Erleben, die eigenen Pläne,
 als etwas Unveränderbares. Unser Urinstinkt, unsere Überzeugun-
 gen, empfinden wir als konstant und überzeitlich persönlichem Verstand
 unterworfen. Aber auch diese Eigenschaften sind das Resultat der Funktion
 bestimmter, spezialisierter Hirnareale – der Eindruck eines genetisch
 festgelegten Bewusstseins ergibt eine Illusion. So wie ein Patient
 nicht mehr verbal kommunizieren kann, wenn die Sprachzentren zerstört
 sind oder Lähmungen nach Verletzung motorischer Zentren auftreten,
 so hängen auch höhere kognitive Leistungen von dafür spezialisierten
 Hirnregionen ab.

Besonders schmerzhaft wird uns dies in den oben genannten Beispielen
 bewusst. In denen persönlichkeitsbestimmende Hirnfunktionen durch
 Schädigungen über entsprechende Areale beeinträchtigt werden, sei es
 durch Demenz, Schlaganfall oder Schädel-Hirn-Trauma. Wir können uns
 nicht vorstellen, dass ein Mensch – wie ein Mensch auf einmal erkrankt
 oder ggf. aggressiv wird, nur weil an der Erlebens- oder Denkfunktion
 eine bestimmte Areale des limbischen Systems geschädigt werden, ganz
 so wie beim Andrew Wakefield-Blogpost. Umstritten, ob man einen
 Erkranken erst einbauen und dann wieder entfernen, weil er mit
 seinen plötzlich erworbenen Gedanken nicht umgehen kann. Wir sind
 doch keine Roboter!

Demnach ist es so. Zuständig für unsere Persönlichkeit, unseren Charak-
 ter, die Fähigkeit soziale und ethischer Normen, sind die Frontallappen
 der Großhirnrinde. Schädigungen der dorsolateralen Bereiche führen
 dabei zu Antriebslosigkeit oder der Unfähigkeit, Handlungsstrategien an
 sich verändernde Bedingungen anzupassen. Sind hingegen orbitofron-
 tale Areale betroffen, so führt dies zur „Einfrierung“, die Patienten
 häufige ethische und soziale Sünden verurteilen (oder sogar
 aggressiv, ohne sich dessen überhaupt bewusst zu werden. Von außen
 betrachtet gibt es dem gelähmten Menschen dann nicht mehr. Doch
 verschwindet bei ihm, denn es ist nicht böser Wille, es sind die Funktionen
 seines Gehirns, die ihm diesen versagen und einen Teil der Persönlich-
 keit stehen lassen, auch wenn der Körper verbleibt. Was also ist der
 Mensch? Vielleicht stellen Sie sich diese Frage ja auch...!