Mohren Post

Tradition hat Zukunft!

Jeden zweiten Monat neu!

Kennen Sie eigentlich…?

Chefins Tipp: Knochengesundheit

Tier-Apotheke: Sommerhitze

Arzneipflanzenportrait: Lavendel

Mikronährstoff-Räuber

Langfristig eingenommene Arzneimittel können zu Mikronährstoffräubern werden. Durch unterschiedliche Mechanismen kann es dann zu einem Mangel wichtiger Vitamine kommen, denn Medikamente nutzen im Körper die gleichen Transport- und Stoffwechselwege wie die Mikronährstoffe. Ein Mangel wiederum verursacht Störungen im Organismus.

Häufige Vitamin-Räuber:
Pantoprazol- oder Metformin-Dauereinnahme kann zu einem Mangel an Vitamin B12 führen. B12 wird z.B. zur Bildung der roten Blutkörperchen benötigt sowie zur reibungslosen Funktion des Nervensystems. Dieser Mangel kann gut ausgeglichen werden durch Einnahme von Vitaminen.

Simvastatin hemmt die Synthese von Coenzym Q10 und Selen-Proteinen. Muskelbeschwerden oder Immun-defizite können sich dann bemerkbar machen. Auch hier empfiehlt sich die rechtzeitige Substitution.

Langfristige Einnahme eines Corticoids verringert die Umwandlung des Vitamin D in seine aktive Form. Probleme im Knochenstoffwechsel oder des Immunsystems wären dann möglicherweise hier die Folge. Auch in diesem Fall lassen sich die drohenden Folgen durch Ausgleich von Vitamin D aufhalten.

Gerne beraten wir Sie im Falle einer dauerhaften Einnahme von Arzneimitteln zu den Auswirkungen auf Ihren Vitamin, Mineralstoff- oder Spurenelemente-Haushalt und können Ihnen Empfehlungen aussprechen, um rechtzeitig einzugreifen oder vorzubeugen.

Ebenso empfehlen wir Ihnen eine Kundenkarte in unserer Apotheke. Damit verbunden ist ein Check Ihres Rezeptes bei der Einlösung auf Wechselwirkungen und eine Beratung bezüglich Ihrer verordneten und selbsterworbenen Medikamente kann gezielt erfolgen.

Hof-Apotheke zum Mohren
in Friedberg seit 1621
Tradition hat Zukunft!
Kaiserstraße 104 • 61169 Friedberg
Telefon 06031-5685 • Fax 06031-687924
www.mohren-apotheke-friedberg.de

Liebe Leserinnen und Leser,

der Hochsommer steht vor der Tür! Mitgebracht hat er nicht nur traumhafte Temperaturen, sondern auch die Hauptreisezeit des Jahres.

Aber Hand aufs Herz: Irgendeinen Grund hat es, warum wir dieses Jahr den eigenen Balkon zu unserem Urlaubsziel auserkoren haben, anstatt in die Ferne zu fliegen. Den Urlaub verbringt man in der Corona-Krise am besten - in Deutschland! Ferien auf dem Balkon? Für viele ist das ungewollt und ungewohnt. Darüber kann man sich natürlich ärgern.

Viel entspannter ist es deshalb, die Einschränkung von Bewegungs- und Reisefreiheit als das hinzunehmen, was sie ist, nämlich vorübergehend, und das Beste aus der Situation zu machen. Dabei kann man sich, von Abzocke und Touristenmassen verschont, zu Hause perfekt erholen – und sich mit Lavendel für ein bisschen Provence Gefühl oder eine Bananenpalme für Bali-Feeling in die Ferne träumen.

Aber auch unsere schöne Heimat Deutschland hält für jeden Urlaubstyp das passende Ziel bereit. Badeurlaub an der Ostsee, Wanderurlaub in den bayrischen Alpen oder eine Städtereise in sehenswerte Städte wie Weimar, Heidelberg und München – das ist Heimaturlaub!

In diesem Sinne: **Ich bleib‘ dann mal hier….**

Ihre

Dr. Kerstin Podszus

Kennen Sie eigentlich…?: Carl von Basedow

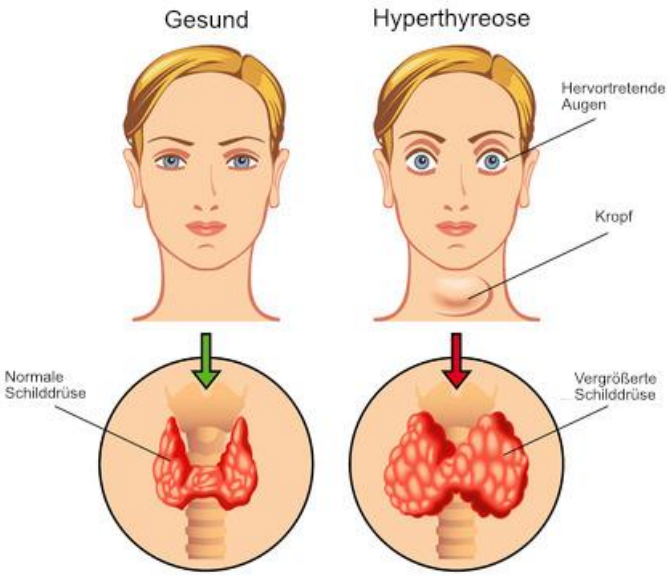
Würde Carl Adolph von Basedow heute zu Corona-Zeiten leben, so wäre uns sein Name möglicherweise als einer der bedeutenden Virologen unserer Zeit bekannt. Infektionen und Übertragungswege interessierten ihn sehr. Aber seine Zeit liegt schon 200 Jahre zurück. Er wurde im März 1799 in Dessau geboren. Nach dem Abitur studierte er Medizin an der Universität in Halle. Besonderen Einfluss übte auf den jungen Studenten der damals berühmte Kliniker Peter Krukenberg aus. Er empfahl neben der theoretischen akademischen Ausbildung die genaue Beobachtung am Krankenbett.

Sein Bestreben galt der Vereinigung von Medizin und Chirurgie, die zu dieser Zeit häufig noch nebeneinander existierten. Basedow schrieb seine Doktorarbeit über eine neue Methode zur Amputation von Oberschenkeln und hospitierte im Anschluss an der Pariser Charité. Paris war zu dieser Zeit ein Mekka für junge Ärzte aus Europa und Nordamerika. Im Zuge der Reorganisation des Medizinstudiums und des Gesundheitswesens im Zusammenhang mit der Französischen Revolution von 1789 bis 1793 wurde die Medizinische Fakultät 1790 in Paris geschlossen und die Ecoles de Santé in Paris, Montpellier und Straßburg 1794 gegründet. Auch an den Universitätskrankenhäusern Hôtel Dieu und Charité in Paris erfolgte neu der Unterricht am Krankenbett. Mit nur 23 Jahren erhielt Basedow seine Approbation und praktizierte von da an in Merseburg als Hausarzt. Oftmals stellte er seine eigene Gesundheit hintenan und kämpfte für seine Patienten gegen schwere Infektionskrankheiten, in Zeiten, in denen es weder Anästhesie noch Desinfektionsmittel gab.

Überliefert ist aus dieser Zeit eine geglückte schwierige Operation, die Basedow an der Tochter seines älteren Kollegen, des Königlichen Regierungsmedizinalrates Dr. Niemann, ausführte und ihm nicht nur ein glänzendes Zeugnis verschaffte, sondern auch dessen gesamte Praxis, nachdem sich Niemann einige Zeit später zur Ruhegesetzt hatte. Als 1831 in Magdeburg eine Choleraepidemie grassierte, eilte Basedow aus Merseburg den Patienten unerschrocken zu Hilfe, während sich manche Ärzte in Magdeburg aus Furcht vor Ansteckung zurückzogen. Die dabei gemachten Erfahrungen konnte Basedow für die Eindämmung der Choleraepidemie, die 1832 in Merseburg ausgebrochen war, nutzbringend einsetzen. Als 1850 abermals mehrere Cholerafälle in Merseburg auftraten, erinnerte sich unter den Ärzten einzig und allein Basedow an das Krankheitsbild und ergriff sofort erfolgreiche Maßnahmen zur Eindämmung der Epidemie.

Er entwickelte auch einen „Krankenmeldezettel“, wies Trinkwasseruntersuchungen an und verordnete Luft- und Lichttherapien, zu denen er Patienten in Kurorte verschickte. Seine Berühmtheit und einen dauerhaften Platz in der Medizingeschichte aber verdankt Basedow seiner 1840 erschienenen Mitteilung „Exophthalmos durch Hypertrophie des Zellgewebes in der Augenhöhle“ oder damals umgangssprachlich zur „Glotzaugencachexie“. Er schildert hierin innerhalb einer anscheinend zusammenhanglosen, stark schwankenden Symptomengruppe drei gemeinsame klinische Erscheinungen: Exophthalmus, Struma und Tachykardie – hervortretende Augen, Vergrößerungen am Hals und schnellerer Herzschlag. Georg Hirsch bezeichnete sie später als „Merseburger Trias“. Über die genannten Symptome hinaus beschreibt Basedow bei seinen Patienten Gewichtsabnahme, Schweißausbrüche, Diarrhoe, Dyspnoe, eine verstärkte Durchblutung der Haut, Unruhe, Zittern und Heißhunger.

Vier Jahre nach Basedows Tod wurde die Schilddrüsenüberfunktion erstmals als „Morbus Basedow“ bezeichnet. Heute ist der Name in den Sprachgebrauch eingegangen. Basedow experimentierte zur weiteren Erkenntnisgewinnung bei der Behandlung seiner Patienten mit jodhaltigem Trinkwasser. Man darf davon ausgehen, dass seine Beschreibungen ein Meilenstein war in der Geschichte Erforschung von Schilddrüsenkrankheiten und viele Ärzte zu weiteren Untersuchungen anregte. Im April 1854 wurde er zu einem sterbenden Mann gerufen. Er starb an einer septischen Infektion mit Fleckfieber (Hungertyphus), die er sich bei dessen Obduktion zugezogen hatte. Unter großer Anteilnahme der Bevölkerung setzte man ihn in Merseburg bei. Nach ihm ist heute das *Carl-von-Basedow-Klinikum* Saalekreis GmbH in Merseburg und in Querfurt benannt, das als Akademisches Lehrkrankenhaus der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg fungiert.



Jod wird für die Produktion unserer Schilddrüsenhormone benötigt. Durch Ausschwemmung der Böden vor tausenden von Jahren zählt Deutschland zu den jodärmsten Regionen Europas. Täglich muss Jod mit der Nahrung aufgenommen werden und dies ist kaum möglich ohne zusätzliche Maßnahmen. Die Verwendung von jodiertem Speisesalz trägt ebenso bei zu einer guten Versorgung wie die Einnahme von Jodtabletten. Der tägliche Jodbedarf eines Erwachsenen beträgt 150 bis 200 Mikrogramm. Vorsichtig sein müssen Patienten mit einer Hashimoto Erkrankung oder Morbus Basedow.

Gesund bis in die Knochen

Jeder von uns kennt den Begriff Osteoporose. Dennoch erfahren viele Betroffene erst nach einem Knochenbruch von ihrer Erkrankung, da sie sich schleichend entwickelt. Zum Glück kann man dem Knochenschwund vorbeugen.

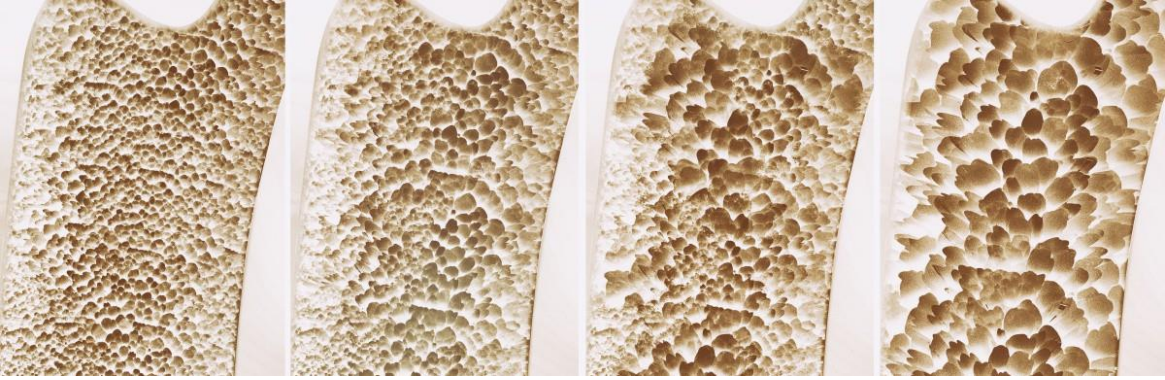
Knochenharte Fakten

Laut der Weltgesundheitsorganisation zählt Osteoporose zu den zehn häufigsten Erkrankungen. In Deutschland ist etwa jede dritte Frau nach den Wechseljahren und jeder fünfte Mann über 50 Jahre von dieser Störung des Knochenstoffwechsels betroffen.

Ein ständiges Auf und Ab

Obwohl die Knochen von ihrem Aussehen her sehr massiv erscheinen, unterliegen sie im menschlichen Körper dennoch ständigen Auf- und Abbauprozessen. Die maximale Knochenmasse ist etwa mit dem 35. Lebensjahr erreicht. Danach nimmt sie jährlich minimal ab. Von einer Osteoporose spricht man, wenn die Knochensubstanz schneller ab- als aufgebaut wird, und zwar dauerhaft. Dabei lagert sich entweder zu wenig Calcium in die Knochen ein oder es löst sich zu viel heraus. Die Folge: Die Knochen verlieren ihre Stabilität, sie werden porös und brüchig. Bereits kleine Stürze, aber auch alltägliche Aufgaben, z.B. das Tragen eines schweren Blumenkübels, können zu Knochenbrüchen führen. Betroffen sind hiervon besonders die Brustwirbel. Brechen mehrere Brustwirbelkörper ein, kann ein Rundrücken, der sogenannte Witwenbuckel, entstehen.

Vielfach wird die Erkrankung zu spät bemerkt, da erst im weiteren Verlauf schmerzhafte Veränderungen des Skeletts und Bewegungseinschränkungen auftreten. Doch gerade im Anfangsstadium lässt sich einem Fortschreiten der Krankheit durch richtige Lebensführung und die Einnahme entsprechender Medikamente vorbeugen.



Vorbeugen ist besser als heilen

Neben der Therapie mit Arzneimitteln spielen vor allem eine calciumreiche Ernährung und ausreichend körperliche Bewegung eine zentrale Rolle, um den Knochenschwund aktiv vorzubeugen.

Knochenbewusst ernähren

Calcium ist der mengenmäßig wichtigste Mineralstoff im menschlichen Körper und ein unentbehrlicher Baustein für Knochen und Zähne. Um einer Osteoporose vorzubeugen, sollt frühzeitig auf eine ausreichende Calciumversorgung geachtet werden. Der tägliche Bedarf eines Erwachsenen beträgt etwa 1000 mg. Gute Calciumlieferanten sind Milchprodukte, grünes Gemüse, z.B. Brokkoli, und einige Mineralwässer.

Knochen brauchen Vitamin D

Für die Einlagerung von Calcium in die Knochen spielt Vitamin D3 eine entscheidende Rolle. Bei ausreichendem Sonnenlicht produziert es der Körper üblicherweise selbst. In den Wintermonaten kann der Bedarf zusätzlich über die Nahrung oder in Form von Ergänzungspräparaten gedeckt werden. Gute Vitamin-D-Lieferanten sind Fischleberöle, aber auch Salzwasserfische, wie Hering und Lachs. Reich an Vitamin D sind darüber hinaus Eier, Kalbfleisch, Käse und Butter.

Vorsicht bei Calciumräubern

Zahlreiche Nahrungsbestandteile behindern die Aufnahme von Calcium in die Knochen. So beeinträchtigt der übermäßige Verzehr phosphathaltiger Lebensmittel, z.B. Fleisch, Wurst, Schmelzkäse oder Cola, die Calciumversorgung. Auch die Aufnahme oxalsäurehaltiger Nahrungsmittel wie Spinat oder Rhabarber verringert die Aufnahme von Calcium aus dem Darm.

Knochenschwund davonlaufen

Nur ein Knochen, der gefordert wird, bleibt auch stark. Regelmäßige Bewegung ist daher extrem wichtig, um dem Knochenschwund vorzubeugen. Auch bei vorhandener Osteoporose kann ausreichend Betätigung die Symptome verbessern und den Abbau der Knochenmasse aufhalten. Trainieren Sie Muskelkraft und Balance, um die Stand- und Gangsicherheit zu verbessern. Geeignete Sportarten sind u.a. Schwimmen, Tanzen, Wandern, Walking oder Gymnastik.

Ihre Dr. Kerstin Podszus

Eine Herzens-Angelegenheit: **Hund stirbt Hitzetod im Auto**

„Herr Doktor, unser Hund ist ganz plötzlich gestorben. Woran mag das wohl gelegen haben, er war sonst noch recht fit…?!“ Während der Notdienst-Tierarzt am Telefon zunächst an einen blöden Scherz dachte, ergab die genauere Nachfrage die erschreckende Wahrheit: nur „ganz kurz, so knapp 2 Stunden“ habe die Anruferin den Hund allein im parkenden Auto zurückgelassen, während sie shoppen ging! Traurig, aber wahr – jedes Jahr sterben viele Hunde völlig unnötig den Tod durch Überhitzung in geparkten Autos. „Genaue Zahlen gibt es natürlich nicht“ sagt ein Tierarzt. Obwohl die Tierärzteschaft jedes Jahr auf die Gefahren hinweist, erschreckt immer wieder die Unvernunft zahlreicher Hundehalter. Eigentlich weiß es jedes Kind, dass Hunde nicht durch die Haut schwitzen können, sondern sich nur durch Hecheln und bewegte Luft vor Überhitzung schützen können.

Pralle Sonne (besonders bei dunkelpigmentierten, langhaarigen Tieren) und stehende Luft wie z.B. im geparkten Auto führen deswegen bei Hunden schnell zu ernsthaften Kreislaufkrisen und immer wieder zum Schocktod, oft bereits nach wenigen Minuten! „Es bietet auch keine Sicherheit, die Fenster einen Spalt offen zu lassen“ warnen die Tierärzte. „Hunde dürfen einfach nicht in geparkten Autos zurückgelassen werden. Wer das tut, riskiert völlig unnötig den qualvollen Tod des Tieres.“ Auch wenn es für uns Menschen scheinbar nur angenehm warm ist, sieht das für unsere Pelzträger völlig anders aus! Bereits bei unscheinbaren Außentemperaturen von 20 Grad entsteht im abgeschlossenen Luftraum des Autos schnell ein Klima wie im Backofen. Deswegen ist das Problem auch nicht auf den Hochsommer beschränkt, sondern die Gefahr lauert das ganze Jahr über. „Wer das nicht glauben will, sollte sich mal mit Skiunterwäsche und geschlossener Jacke ins heiße Auto setzen! Aber Hunde können weder schwitzen, noch die Kleidung ablegen. Und sie bekommen im Notfall nicht die Türen auf…!“

Wie soll man sich also verhalten, wenn man ein parkendes Auto mit einem eingesperrten Hund in der Sonne vorfindet?

- Suchen Sie den Halter in unmittelbarer Umgebung. Klingeln Sie an den Haustüren und fragen nach dem Fahrzeugführer.
- Auf einem Parkplatz vor dem Einkaufszentrum oder dem Schwimmbad lassen Sie den Halter des Fahrzeuges ausrufen.
- Rufen Sie die Polizei/ den Rettungsdienst.
- Wenn keine Hilfe naht und der Hund zu ersticken droht, schlagen Sie notfalls die Autoscheibe ein.
- Bringen Sie den Hund aus dem Fahrzeug in den Schatten.
- Benetzen Sie den Hund mit Wasser, damit er sich abkühlen kann. Bitte nicht das Wasser direkt über das Tier schütten. Verwenden Sie hierfür nötigenfalls feuchte Tücher.
- Geben Sie dem Hund langsam etwas Wasser/ notfalls befeuchten Sie die Zunge des Tieres mit etwas Wasser.

So schnell wird Ihr Auto zur Hitzefalle!!!

Temperaturen in eigenem geschlossenen Wagen in der Sonne - 5 bis 60 Minuten

Außen - Temperatur	Innentemperatur nach 5 Minuten	10 Minuten	30 Minuten	60 Minuten
20°	24°	27°	36°	46°
22°	26°	29°	38°	48°
24°	28°	31°	40°	50°
26°	30°	33°	42°	52°
28°	32°	35°	44°	54°
30°	34°	37°	46°	56°
32°	36°	39°	48°	58°
34°	38°	41°	50°	60°
36°	40°	43°	52°	62°
38°	42°	45°	54°	64°
40°	44°	47°	56°	68°

Achtung!!! - Bitte keine Kinder und Tiere im Auto lassen - LEBENSGEFAHR

HITZSCHLAG BEI TIEREN

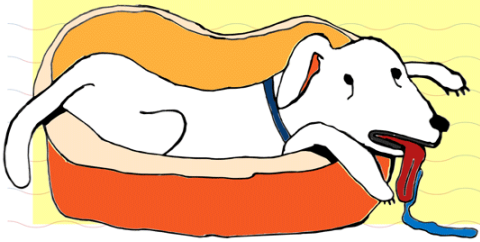
Symptome erkennen. Maßnahmen ergreifen.

SYMPTOME

- sarkes Hecheln, flache Atmung
- Unruhe, Tier sucht Schatten
- schneller Puls, Herzrasen
- erhöhte Körpertemperatur (über 40° Celsius)
- tiefrote Zunge
- glasiger Blick
- Innenseite der Ohren heiß und gerötet
- Erschöpfung, Krämpfe
- Erbrechen, Durchfall
- Bewusstseinsstörungen
- Gleichgewichtsstörungen, Taumeln
- Apathie
- im schlimmsten Fall Bewusstlosigkeit

ERSTE HILFE

- Tier in kühle Umgebung bringen
- dosiert Wasser anbieten niemals mit Zwang einflößen!
- Tier auf ein feuchtes Handtuch legen, Kopf und Hals kühlen
- langsames Befeuchten der Gliedmaßen
- eventuell das Tier langsam duschen, dabei an den Beinen beginnen
- Niemals Wasser über das Tier kippen! Schockgefahr!
- Niemals eiskaltes Wasser verwenden! Lebensgefahr!
- bei Bewusstlosigkeit das Tier auf die rechte Seite legen, dabei Kopf und Hals strecken um Ersticken vorzubeugen
- Kontakt mit Tierarzt aufnehmen



Arzneipflanzenportrait: Lavendel

Früher erinnerte Lavendelgeruch an das Parfüm älterer Damen. Diese Zeiten sind vorbei, denn dank der Züchtung neuer Sorten hat sich auch ihr Aroma verändert. In der Aromatherapie und der Naturheilkunde ist die Pflanze heute nicht mehr wegzudenken.

Die **Arzneipflanze des Jahres 2020** ist der Echte Lavendel (Lavandula angustifolia). Die Wahl des Auswahlkomitees fiel auf den Lippenblütler aufgrund seiner vielfältigen Nutzung in der Geschichte und neu vorliegender Forschungsergebnisse.

Der Echte Lavendel gehört zu den bekanntesten und beliebtesten Lamiaceaen und wird seit Jahrhunderten als pflanzliches Arzneimittel zur Beruhigung und Entspannung genutzt. Seine medizinische Verwendung in Europa reicht bis weit in die griechisch-römische Antike zurück, allerdings stand damals noch der Schopflavendel (Lavandula stoechas) im Vordergrund. Der Name geht auf das lateinische Verb lavare für waschen zurück, da Lavendel schon früh für Waschwasser und Bäder genutzt wurde. Der Echte Lavendel (Lavandula angustifolia) kann als Entdeckung der Klostermedizin bezeichnet werden. Hildegard von Bingen betont den starken Duft und empfiehlt ihn Mitte des 12. Jahrhunderts zur äußerlichen Anwendung sowie gegen Ungeziefer.

Die heutige medizinische Verwendung des Echten Lavendels verfestigte sich im späten 19. Jahrhundert. Seit dieser Zeit wird er vor allem als Mittel bei nervösen Zuständen und gegen Schlaflosigkeit beschrieben. Trotz der Hinweise aus Medizingeschichte und Volksmedizin wurde jedoch erst nach der Jahrtausendwende ein Forschungsprogramm aufgelegt, um die Anwendungsgebiete eines hoch dosierten und definierten Lavendelöls in Kapseln abzuklären.

9,00€ *14 Kps.*

17,00€ *28 Kps.*

Lasea® – pflanzliche Hilfe bei Unruhe

5,00€

Dr. Podszus Beruhigungs-Tee

Wirksamkeit in Studien belegt

„Von Anfang an zeigte sich dabei eine Verbesserung von Schlafstörungen im Zusammenhang mit psychischer Belastung nach sechswöchiger Behandlung. Im Folgenden fokussierte sich die Forschung auf das Thema Unruhe und Angstzustände. Hier konnte in klinischen Studien eine signifikante Wirksamkeit gezeigt werden“, sagt Professor Dr. Bernhard Uehleke aus Berlin, der an der Forschung beteiligt war, in einer Pressemitteilung. Zwei aktuelle Übersichtsarbeiten konnten die Wirksamkeit bei den beanspruchten Indikationen bestätigen. Ein weiterer Impuls kam aus der Grundlagenforschung, wo ein Mechanismus für eine beruhigende, angstlösende Wirkung über Calciumkanäle identifiziert wurde.

Die wichtigsten Anwendungsgebiete des ätherischen Lavendelöls liegen heute im psychischen Bereich. Die beruhigenden, Stress mindernden, Angst lösenden, entspannenden Wirkungen stehen hier im Vordergrund. Ätherisches Lavendelöl kommt bei Stress, Ängsten, Schlaflosigkeit, Neurasthenie, posttraumatischen Störungen und Panikattacken zum Einsatz. Besonders geeignet ist hier die Einnahme des ätherischen Lavendelöls in Form von Kapseln, aber auch die äußerliche Anwendung von therapeutisch dosierten Körperölen ist möglich.

Bei weiteren Fragen zum Thema pflanzliche Arzneimittel, fragen Sie gerne nach unserer Expertin im Bereich Naturheilmittel, Frau Walz!

LÖWEN MANUFACTUR

10,00€

Niendorfs Löwenschlaf® - endlich wieder einschlafen können

Niendorfs Löwenschlaf®

Beruhigend, entspannend, schlaffördernd

Immer mehr Menschen leiden unter Schlafstörungen! Das besagt die aktuelle Gesundheitsstudie der DAK von 2017. Gleichzeitig steigt der Medikamentenmissbrauch. Der Löwenschlaf ist hier die sinnvolle Alternative.

Endlich abschalten und beruhigt und entspannt schlafen – Nutzen Sie die Kraft der Natur!

Anwendung:
Direkt vor dem Zubettgehen verreiben Sie 2-3 Tropfen des Öls in Ihren Handflächen und massieren es anschließend in Ihren Nacken und auf den Puls (innere Handgelenke). Halten Sie sich anschließend die noch öligen Hände vors Gesicht und inhalieren Sie den wohltuenden Duft für 30 Sekunden tief ein. Schon nach kurzer Zeit entspannen Sie, und das Gedankenkarussell kommt zur Ruhe.

Die Wirkung tritt häufig schon bei der ersten Anwendung ein. Falls nicht, benutzen Sie das Öl unbedingt weiterhin allabendlich. Spätestens nach einer Woche sollten Sie eine Verbesserung Ihres Schlafs verspüren.

Für den äußerlichen Gebrauch.

Charakteristika:

- Schlafduft, Schlafparfüm
- rein pflanzlich, 100% natürlich und vegan
- Aromatherapie Ansatz mit über 95% Kundenzufriedenheit
- keine Veränderung des natürlichen Schlafprofils wie bei Schlafmitteln möglich
- nebenwirkungsfrei
- macht nicht abhängig
- beruhigt, entspannt, fördert den Schlaf
- geeignet bei Schlafproblemen z.B. durch Schichtdienst, Wechseljahre, Stress, Ängste u.v.m.

Hinweis:
Für Kinder ab 2 Jahren geeignet. Nicht in der Schwangerschaft anwenden. Nicht für Duftlampen/Diffusor geeignet. Verwendbar bis 12 Monate nach Anbruch. Stehend lagern.

Erste Hilfe für brüchige Nägel

13,50€

Für gestärkte, kräftige Nägel…

Die bewährte SOS-Hilfe wurde speziell als Instant-Rettung bei splissigen Nägeln entwickelt. Der hocheffektive, schnelle Retter stabilisiert weiche, brüchige Nägel. Bereits nach einer kurzen Anwendungszeit von 2-3 Wochen wirken sie fester und widerstandsfähiger. Das spezielle Wirkprinzip basiert auf der Wiederherstellung von Eiweißmolekülen in der Hornschicht. Dadurch werden geschädigte Nägel gestärkt und vor Einreißen und Absplittern geschützt.

Anwendung:
An zwei aufeinander folgenden Tagen jeweils eine Schicht Nail Repair auftragen. Am dritten Behandlungstag mit Nagellackentferner entfernen und die Behandlung wie am ersten und zweiten Tag wiederholen.

Die Kur sollte 2-3 Wochen durchgeführt werden. Anschließend empfiehlt es sich, Nail Repair zwischendurch als Unterlack zu verwenden.

Da kann der Sommer kommen!

Jetzt probieren:
Dr. Podszus Sommer-Tee !

Heiß und kalt ein Genuss

Machen sie diesem Tee zu ihrem individuellen Lieblings-Tee mit Baldini Aromen

Modellprojekt „MORE“ Mein Online-Rezept

Ärzte, Apotheker und Krankenkassen in Hessen testen Videosprechstunde und E-Rezept

Für Patienten bedeuten die Videosprechstunde und das eRezept ein Mehr an Komfort. Sie sparen sich den Weg in die Bereitschaftsdienstzentrale, mögliche Wartezeiten und können ihr Rezept schnell und einfach online verwalten und in der Apotheke einlösen.

Der Wegfall von Kontakten im Wartebereich sowie die Verringerung von persönlichen Patienten-Arzt-Kontakten bedeuten – gerade in Zeiten des Coronavirus – einen weiteren echten Mehrwert.

Voraussetzung für die Durchführung einer Videosprechstunde ist, dass die Krankheitszeichen eine Diagnose per Videotelefonie zulassen. Das gilt insbesondere für Erkältungskrankheiten, Hautausschläge oder andere einfach per Bildschirm zu diagnostizierende Krankheiten.

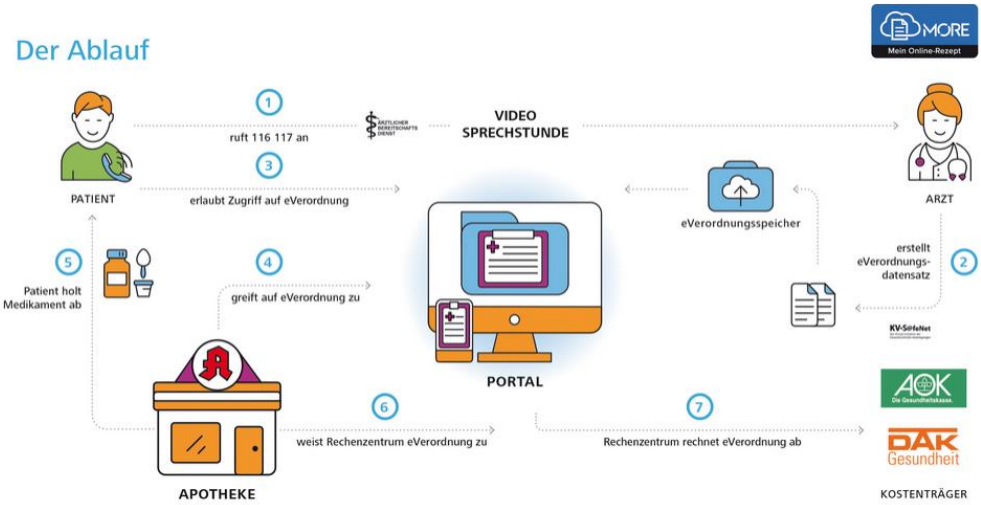
Auch für das eRezept ist zunächst eine Registrierung notwendig. Diese ist im Rahmen des Registrierungsprozesses für die Videosprechstunde möglich. Für das eRezept müssen die Patienten entweder bei der AOK Hessen, der DAK-Gesundheit oder der Techniker Krankenkasse krankenversichert sein. Das eRezept startet zunächst im Rhein-Main-Gebiet und wird sukzessive in ganz Hessen ausgerollt.

Ihr Weg in wenigen Schritten zum eRezept:
Sie rufen den Ärztlichen Bereitschaftsdienst unter der Nummer 116 117 an und bekommen eine standardisierte medizinische Ersteinschätzung durch medizinisches Fachpersonal.

Sie vereinbaren einen Termin zur Durchführung der Videosprechstunde, an den Sie per SMS oder E-Mail erinnert werden.

Zum vereinbarten Termin melden Sie sich mit Ihren persönlichen Zugangsdaten online an.
Ein Arzt ruft per Videotelefonie an und führt die Videosprechstunde durch.

Sie bekommen – falls notwendig – ein Papierrezept oder E-Rezept.



Ihr Mohrenteam ist dabei!

Neues aus dem Beet

Wie in den vergangenen Jahren betreuen wir auch wieder ein Hochbeet auf dem Elvis Presley Platz. Im Beet befinden sich Arzneipflanzen von Baldrian, über Gundermann bis Zitronenmelisse. Auch weniger bekannte Pflanzen , wie die Gedächtnispflanze sind dabei. Sie haben die Möglichkeit diese Pflanzen mit allen Sinnen zu erfahren. Sei es als Kräutersalz, Lippenpflegestift oder Tinktur, die Sie gemeinsam mit unserem Team in einer unsere Aktionen herstellen können oder ganz alleine durch riechen und schmecken jederzeit am Beet. Durch den ganzen Sommer werden, soweit durch Corona möglich, verschiedene Aktionen am Beet stattfinden, bei denen jeder mitmachen kann.

Wir bitten Sie sich dafür verbindlich in unserer Apotheke zu informieren und anzumelden.

Termine

•

11.7.20 10-12.00 Uhr
Johanniskraut - ein Kraut für viele Fälle
wir machen eine Tinktur

•

22.8.20 10-12 Uhr
Wir mischen ein Kräutersalz

•

12.9.20 10-12 Uhr
Lippenpflegestift- natürlich mit Pflanzen

•

Unser besonderes Angebot für Kitas und Grundschulen.
Apothekerin Frau Ruppert, die gleichzeitig zertifizierte Wild- und Heilpflanzenpädagogin ist, bietet Kräuterführungen für Kinder und deren Eltern an.
Genauere Informationen, gerne direkt in unserer Apotheke!

Dr. Podszus
erfrischende
Kräuterlimonade
aus wilden Gartenkräutern

Hof-Apotheke zum Mohren
in Friedberg seit 1621
Tradition hat Zukunft!

Kaiserstr. 104 61169 Friedberg
Tel. 06031/5685
Fax 06031/687924
info@mohren-apotheke-friedberg.de

Impressum

Inhaber:	Dr. Kerstin Podszus e.K.	**Handelsregister:**	HRA 5
Berufsbezeichnung:	Apothekerin	**USt-IdNr.:**	DE 213069731
Approbation erworben in:	Deutschland	**Zuständige Apothekerkammer:**	Landesapothekerkammer Hessen Körperschaft des öffentlichen Rechts Kuhwaldstr. 46 60486 Frankfurt am Main
Aufsichtsbehörde:	Regierungspräsidium Darmstadt Luisenplatz 2 64283 Darmstadt Tel.: 06151 12 0	**Berufshaftpflichtversicherung:**	AXA Versicherung AG Niederlassung Frankfurt Lise-Meitner-Str. 4 60486 Frankfurt

© Fotos der *Hofapotheke zum Mohren* und *Pixabay*, 2020