



Mohren A Apothete

STARTEN SIE GESUND INS NEUE JAHR!

Das sind WIR

PETRA WALZ

CHEFINS TIPP

ARTHROSE IM WINTER

BLUTHOCHDRUCK BEI KATZEN

Arznei PFLANZE

IM PORTRAIT: THYMIAN

Kostenloser BLUTDRUCKCHECK

bei uns!



Druck ablassen!

Früher als "Managerkrankheit" gefürchtet, ist er mittlerweile in allen Bevölkerungsschichten anzutreffen – BLUTHOCHDRUCK.

Das Tückische: Oft wissen die Betroffenen gar nicht, dass sie darunter leiden, denn er verursacht in der Regel keine Schmerzen.

Doch genau darin liegt die Gefahr, denn unbehandelt kann er zur tickenden Zeitbombe werden.

20 bis 30 Millionen Bundesbürger haben Bluthochdruck

Das ist fast jeder Dritte in Deutschland!



Liebe Leserinnen und Leser,

ich wünsche Ihnen ein glückliches neues Jahr voller schöner, intensiver Momente mit ganz viel Wärme, Frieden & Liebe im Herzen!

Ich freue mich riesig Ihnen in dieser Mohrenpost meine langjährige und überaus geschätzte Mitarbeiterin Frau Walz näher vorzustellen. Besonders liegt es mir am Herzen ihr für ihren unermüdlichen Einsatz über die vielen Jahre DANKE zu sagen.

In meinem Artikel zur Arthrose geht um die Frage, ob Arthrose im Winter schlimmer ist oder nicht. Lesen Sie interessante Tipps, wie Gelenkschmerzen auch bei Kälte erträglich sein können.

Eine unterschätzte Gefahr bei Katzen ist der Bluthochdruck. Nicht nur bei Menschen, auch bei Katzen kann ein zu hoher Blutdruck gefährliche Auswirkungen auf die Gesundheit haben. Meine Mitarbeiterin Frau Scharmann und ihre Katze Nele können davon auch ein Lied singen. Passend dazu möchte ich auf unsere Blutdruckmessaktion im Januar und Februar aufmerksam machen und Sie zum kostenlosen Blutdruckcheck einladen

Thymian (Thymus vulgaris) ist als Heilpflanze ein wirkungsvolles Mittel bei Atemwegserkrankungen wie Grippe und Erkältungen mit festsitzendem Husten. Darüber hinaus ist Thymian neben Basilikum, Rosmarin und Oregano ein Klassiker unter den mediterranen Gewürzen. Erfahren Sie mehr über diese wahre Wunderwaffe.

Nach dem Erfolg unserer Krimi-Kräuter-Wanderung mit unserer Kräuterhexe Beate Ruppert und der Autorin Jule Heck im Burggarten von Friedberg haben wir uns etwas Neues einfallen lassen. Jule Heck hat eine tolle, neue Geschichte geschrieben und an zwei Abenden im Dezember im Gewölbekeller und den Räumlichkeiten der Apotheke diese gelesen. "Die geheimnisvollen Tiefen der Apothekaria" werden wir Ihnen als Fortsetzungskrimi in der Mohrenpost veröffentlichen. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Für das neue Jahr wünsche ich Ihnen, dass sich einige Träume erfüllen, einige neue hinzukommen und einige alte erhalten bleiben!

Ihre

Dr. Kerstin Podszus

Das sind wir:

PTA

Petra Walz

Die nächste Mitarbeiterin der Hof-Apotheke zum Mohren, die wir Ihnen vorstellen möchten, ist unsere Kollegin Petra Walz. Sie arbeitet bereits seit 22 Jahren in unserer Apotheke und ist damit am längsten von allen Mitarbeitern in der Kaiserstraße 104 anzutreffen. Lesen Sie hier ein paar interessante Einzelheiten.

Wer bist Du?

Hallo, mein Name ist Petra Walz und ich bin schon lange in der Mohrenapotheke tätig. Meine Ausbildung zur Pharmazeutisch-technischen Assistentin habe ich 1977 abgeschlossen und danach zunächst in Bad Nauheim in der Central-Apotheke in der Fußgängerzone gearbeitet. Anschließend bin ich für kurze Zeit in einer Rosbacher Apotheke tätig gewesen und nun seit 22 Jahren in der Mohren-Apotheke in Friedberg.

Was machst Du gerne?

In meiner Freizeit mache ich es mir gerne mit einem guten Buch und einer Tasse Tee auf der Couch gemütlich. Außerdem liebe ich es, in meinem Garten zu sein und in der warmen Jahreszeit kann ich wunderbar bei der Gartenarbeit abschalten. Da ich ein sehr naturverbundener Mensch bin, genieße ich es, zu wandern und Urlaub im Grünen zu machen. Es geht nichts über frische Bergluft!



Lieblings#

- Deutschland / Berge
- gesunde / frische / saisonale Küche
- blau

Wenn ich einen Wunsch frei hätte:

In der heutigen Zeit sind mir vor allem zwei Dinge wichtig: Zum einen Gesundheit für meine Familie und weiterhin, dass die Menschen friedlich miteinander auskommen.

Warum bist Du in die Apotheke gekommen?

Ganz ehrlich: es war reiner Zufall. Mir war schon früh klar, dass ich nicht den ganzen Tag in einem Büro sitzen wollte. Mein Opa hat damals Gartenarbeit bei einer Apothekerin erledigt und mir vorgeschlagen in der Apotheke ein Praktikum zu machen. Das habe ich damals gemacht und muss sagen, ich habe diese Entscheidung in all den lahren nie bereut.

Was machst Du so in der Apotheke?

Zu meinem Aufgabenfeld gehört die Arbeit im und natürlich die Beratung Arzneimitteln, Besonders Naturarzneimittel liegen mir sehr am Herzen. Es muss nicht immer gleich Chemie sein. Weiterhin bin ich hauptsächlich für die Herstellung von Rezepturen sowie für die Zubereitung aller Dr. Podszus Präparate zuständig. Und das sind mittlerweile ganz schön viele. Neben Handcreme und Bodylotion haben verschiedene Arzneitees kreiert, wie z.B. den Blasen-Nieren-Tee oder einen Tee hei Magenbeschwerden.

Getreu nach unserem Motto:

Gemeinsam für Ihre Gesundheit. Gemeinsam für Sie!

Mein persönlicher Tipp für Sie!

Immer nach vorne schauen, nicht zurück! Das Leben ist zu kurz, um es nicht zu genießen.



Krimi-Fortsetzungsroman Teil 1 / 6:

Die geheimnisvollen

Tiefen der Apothekaria

von Autorin Jule Heck



Sina, die ehemalige Praktikantin in der Hof-Apotheke zum Mohren auf der Kaiserstraße in Friedberg stieg in den Tiefkeller unter dem eigentlichen Keller hinab. Sie hatte sich angeboten, der Apothekerin und ihrer Mitarbeiterin beim Aufräumen und entsorgen von alten Regalen, Schränken und Akten zu helfen. Kerstin Podszus, die Apothekerin, hatte ihr ein großzügiges Entgelt dafür angeboten. Da Sina ihr Studium der Pharmazie selbst finanzieren musste, konnte sie sich mit den Aufräumarbeiten etwas dazu verdienen. Zudem hatte sie am Wochenende nichts vor und konnte die freie Zeit nutzen, um sich in dem düsteren und muffigen Keller mit der Entrümpelung zu beschäftigen.

Kerstin Podszus, die seit über zwanzig Jahren bereits in der dritten Generation die Hof-Apotheke führte und ihre langjährige Mitarbeiterin Beate würden erst später zu ihr stoßen, wenn sich um vierzehn Uhr die Ladentür hinter dem letzten Kunden schloss. Samstags war immer viel los. Heute mussten sie größtenteils die anfallenden Arbeiten alleine bewältigen, da die Auszubildenden samstags frei hatten und eine der Pharmazeutischen Assistentinnen wegen Corona zu Hause geblieben war. Mit Beginn des Herbstes gab es wie jedes Jahr wieder eine Erkältungswelle und die Kunden versorgten sich in der Apotheke mit entsprechenden Medikamenten auf natürlicher Basis, um diese schnellstmöglich wieder los zu werden.

Die Ladenglocke bimmelte ununterbrochen und es war Kerstin nicht möglich, zwischendurch mal kurz nach Sina zu schauen. Sie hatte ihr eingeschärft, die angestaubten Apothekerfläschchen, die alle in einem der kleineren Räume auf einem Regal standen, nicht anzurühren. Sie enthielten Tinkturen, Säuren, Salben und Kräuter. Der Inhalt musste getrennt im Sondermüll beseitigt werden. Zu diesem Zweck hatte Kerstin ein Entsorgungsunternehmen beauftragt, dass sich speziell mit Pharmazeutischen Abfällen auskannte und diese in der kommenden Woche abholen würde. Sie mussten in eigens dafür vorgesehenen Stahlbehältern abtransportiert werden. Die lateinischen Bezeichnungen auf den Aufklebern der Gefäße ließen u.a. auch giftige Substanzen vermuten. Die Behälter standen schon seit ewigen Zeiten in diesem Raum, Kerstin vermutete, dass die Inhalte noch von ihrem Großvater, womöglich sogar von ihrem Urgroßvater zusammengemixt worden waren.

Jahrelang hatte sich niemand in den Tiefkeller gewagt, den man nur über enge Stiegen erreichte. Angeblich stammten diese Kellerräume, die tief unter der Erde lagen, noch aus dem Mittelalter. Zu jener Zeit befanden sie sich noch außerhalb der Stadtgrenze und waren mit weiteren Kellern der Nachbarhäuser verbunden, die eine Art Tunnelsystem ergaben, das sich bis zur Burg hin erstreckte. Aber die Keller waren irgendwann verschüttet oder zugemauert und das Tunnelsystem damit unterbrochen worden.

Sina hatte von diesem Tunnelsystem gehört und wäre zu gern einmal dort hineingegangen. Wer diese Tunnel wohl gegraben hatte? Bestimmt waren es Männer, die sonst keine Arbeit fanden, Aussätzige, womöglich Kranke oder Strafgefangene, die zu diesen Arbeiten herangezogen wurden, um für wenig Lohn oder Essen unter der Erde mühsam die Gänge aushoben.

Sina sah sich in den engen Räumen mit den niedrig gewölbten Decken um. Vielleicht fand sie ja eine versteckte Tür oder eine Mauer, die man nur einbrechen musste, um in den Keller des nächsten Hauses zu kommen.

Aber das würde Kerstin bestimmt nicht gefallen. Deshalb wollte sich Sina einen Raum nach dem anderen vornehmen, rüttelte an den eisernen Klinken der Holztüren, bis sie sich quietschend öffnen ließen, durchsuchte alles, schaute in Schränke, überprüfte Regale und machte einen Plan, wie sie am besten mit der Entrümpelung vorgehen sollte. Ihr war aber schnell klar, dass sie das auch mit Hilfe von Kerstin und Beate nicht an einem Wochenende schaffen würde. Aber Kerstin war es wichtig, dass hier unten endlich aufgeräumt wurde, damit man die Kellerräume zukünftig für andere Lagermöglichkeiten nutzen könnte. Auch sie mixte Salben und Tinkturen, hauptsächlich für Hunde, Katzen und Pferde, die sie mit großem Erfolg verkaufte. Die Herrchen und Frauchen der Vierbeiner waren begeistert von den Mitteln auf pflanzlicher Basis.

Sina begann mit den Aufräumungsarbeiten im hinteren Bereich. Sie stellte Kisten beiseite, um an das Regal an der hinteren Wand aus roten Ziegelsteinen zu gelangen. Es gruselte sie, als sie sah, was dort abgelegt worden war. Ein Totenschädel, der sie aus leeren Augenhöhlen anglotzte sowie kleine Knochen, Fingerknochen, ein Gebiss. Sie nahm die gruseligen Teile und legte sie vorsichtig in eine leere Kiste. Die Holzböden des Regals waren morsch. Plötzlich begann es bedrohlich zu wackeln. Sina machte einen Satz nach hinten. Das Regal fiel vor ihr krachend auf den Boden. Die Bretter zerfielen in einzelne Teile. Sina hob sie auf und warf sie in eine weitere Kiste, die für Abfall gedacht war. Als sie das letzte Brett aufnahm, stieß sie gegen die Rückwand, die mit einem Knirschen barst. Ein Spalt tat sich auf. Sina trat näher und blickte hindurch. Dahinter war eine Öffnung. Kühle Luft trieb heraus. Es herrschte tiefe Dunkelheit.

Aufgeregt nahm sie Steine aus der Mauer. Mörtel rieselte auf ihre Schuhe. Als das Loch groß genug war, zwängte sie sich durch die Öffnung. Sie betrat den Raum dahinter, es knirschte unter ihren Füßen. Vorsichtig stellte sie einen Fuß vor den anderen. Je weiter sie ging, desto mehr breitete sich Dunkelheit um sie herum aus, wie große, schwarze Flügel. Sie lauschte, doch es war nichts zu hören. Sie versuchte etwas zu ertasten, aber rundherum war nur Leere. Sie drehte sich um und ging auf die Öffnung zu, durch die fahles Licht hereinfiel. Hastig stieg sie durch das Loch zurück in den Kellerraum. Ihr war klar, dass sie ohne eine Beleuchtung vollkommen hilflos war.

Doch aufgeben wollte sie nicht. Ihre Neugierde meldete sich. Sie musste unbedingt wissen, was sich auf der anderen Seite der Wand befand, vielleicht hatte sie ja das Tunnelsystem entdeckt. Sie sah auf ihre Sportuhr. Die Zeiger standen auf elf Uhr. Sie hatte also reichlich Zeit, die andere Seite zu erkunden. Sie schlich nach oben und holte aus ihrem Rucksack, der im Personalraum lag, ihre Stirnlampe, die sie aufsetzte, wenn sie nachts mit dem Rad durch die Stadt fuhr.

Im Tiefkeller stieg sie wieder durch die Öffnung. Sie spähte voraus in die Dunkelheit. Ein großer, fast leerer Raum lag vor ihr. In der linken Ecke entdeckte sie ein menschliches Skelett, das auf einem Ständer angebracht war. Sie erschrak, beruhigte sich aber sogleich wieder. Vermutlich wurde es zu Lehrzwecken benutzt. Früher konnte man in jeder Arztpraxis oder Apotheke ein solches Skelett vorfinden. Womöglich hatte dieser Raum sogar noch zur Apotheke gehört. Sie machte sich einen Spaß, nahm den Ständer und stellte das Skelett vor die Öffnung.

Sina versuchte, möglichst kein Geräusch zu machen. Am anderen Ende des Raums stieß sie auf eine Tür. Sie ließ sich quietschend öffnen. Das Quietschen zerriss die Stille. Sina ging durch die Tür, die sich hinter ihr wieder mit dem Quietschen schloss. Vor ihr lag ein dunkler niedriger Gang. Sie musste den Kopf senken, um nicht an die Decke zu stoßen. Ihre Stirnlampe warf Zickzackmuster durch das Gewölbe. Sie tappte durch Pfützen und Löcher im Boden. Links und rechts des Ganges sah sie Türen, die vermutlich zu weiteren Kellern führten. Sie waren allesamt mit Vorhängeschlössern verriegelt. Immer wieder lauschte Sina in die Dunkelheit, außer ihren Schritten war hier absolut nichts zu hören. Sollte sie tatsächlich in dieser gebückten Haltung weitergehen oder besser umkehren? Fortsetzung folgt...

Arthrose im Winter schlimmer?

5 Tipps gegen Gelenkschmerzen bei Kälte

Die nasskalte Jahreszeit schlägt uns häufig nicht nur aufs Gemüt, sondern auch auf die Gelenke. Wenn die Temperaturen sinken, verspüren insbesondere Menschen mit Arthrose eine Zunahme der Beschwerden. Aber auch Knie- und Rückenschmerzen werden bei Kälte häufig schlimmer. Warum das Winterwetter den Gelenken zusetzt, ist wissenschaftlich nicht eindeutig belegt. Klar ist aber, dass wir das Phänomen nicht einfach hinnehmen müssen, sondern müden und schmerzenden Gelenken aktiv entgegenwirken können.

1. Warm halten

Experten vermuten, dass Gelenkbeschwerden im Winter durch kältebedingte Verspannungen begünstigt werden. Wer friert, bewegt sich nicht entspannt, sondern zieht die Muskulatur zusammen. Dadurch nimmt die Durchblutung ab und Schmerzen werden verstärkt. Hinzu kommt, dass die Gelenkflüssigkeit bei Kälte zähflüssiger wird und so ihre Funktion im Gelenk weniger gut wahrnehmen kann.

Achten Sie also darauf sich bei Spaziergängen und beim Outdoor-Sport warm zu halten. Spezielle Ellenbogen- oder Kniewärmer können bei schmerzenden Gelenken zusätzlich helfen. Sind Sie doch mal verspannt, lösen Sie die Muskulatur am besten gezielt mit einem warmen Körnerkissen oder wohltuenden Bad. Vor allem, wenn die Gelenkschmerzen die Folge von Verschleißerscheinungen, also einer Arthrose sind, werden Sie diese Wärmebehandlungen als wahre Wohltat empfinden.

2. Aktiv bleiben - auch bei Minusgraden

Wer glaubt, sich bei Gelenkschmerzen schonen zu müssen, liegt falsch, Gelenke lieben Bewegung: denn die fördert die Durchblutung und somit auch die Versorgung der Gelenke mit wichtigen Nährstoffen und Sauerstoff, Regelmäßige körperliche Aktivität stärkt außerdem die Muskulatur. Sind die Muskeln gut trainiert, werden Gelenke entlastet und Fehlhaltungen vorgebeugt. Integrieren Sie also Bewegung in den Alltag und suchen Sie sich eine sportliche Betätigung, die Freude bereitet. Sofern es aktuell möglich ist, empfiehlt sich ein Besuch im Schwimmbad. Dort entkommen sie nicht nur der Kälte, sondern können Ihre Gelenke auf schonende Weise fit halten. Achten Sie aber darauf. Überbelastung zu vermeiden, und lassen Sie sich im Zweifelsfall vor Trainingsbeginn von einem oder Sporttherapeuten beraten.

3. Möglichst bunt essen

Um im Alltag einwandfrei arbeiten zu können, benötigen Gelenke nicht nur Bewegung, sondern auch eine gute Versorgung mit Nährstoffen. Eine ausgewogene Ernährung mit einem hohen Anteil von buntem Obst, Gemüse und Vollkornprodukten liefert wichtige Knorpelbestandteile und hilft dem Körper, die Bildung zellzerstörender freier Radikale in Schach zu halten. Pressen Sie sich den Orangensaft morgens doch einfach mal wieder frisch aus und gönnen Sie Ihren Gelenken so eine Extraportion Vitamin C. Vitamin C unterstützt nämlich nicht nur die Kollagenbildung, die zu einer normalen Knorpelfunktion beiträgt, sondern schützt die Zellen auch vor oxidativem Stress. Ergänzen Sie dann das Mittagessen am besten noch mit einem knackig frischen Feldsalat und peppen diesen mit hochwertigem Pflanzenöl und Nüssen auf. Gerade Walnüsse und Mandeln sind wahre Nährstoffbomben und liefern neben dem Antioxidans Vitamin E reichlich Zink, Magnesium, Calcium und Eisen. Dazu enthalten sie mehrfach ungesättigte Fette wie Omega-3 Fettsäuren. Und über diese freuen sich nicht nur die Gelenke.

4. Fisch statt Fleisch

Apropos Omega-3 Fettsäuren: Diese Tausendsassas sind auch in fettem Meeresfisch und in speziellen Mikroalgen enthalten. Wenn Sie sich jetzt fragen, wann Sie das letzte Mal das Schnitzel zugunsten eines Herings, einer Makrele oder einem Lachs liegen gelassen habt, wird es höchste Zeit für eine Fischmahlzeit. Um den Bedarf an den Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA zu decken, empfehlen Ernährungsgesellschaften 1–2 Portionen fetten Fisch wöchentlich.

Schaffen Sie das, punkten Sie sogar doppelt. Denn Fleisch (insbesondere rotes Fleisch) enthält ungünstige Fette wie die entzündungsfördernde Arachidonsäure, die Gelenkbeschwerden negativ beeinflussen können. Übrigens: Lachs- oder Thunfischgerichte harmonieren wunderbar mit Gewürzen der ayurvedischen Küche, wie Kurkuma oder Ingwer, denen entzündungshemmende und schmerzlindernde Eigenschaften in Studien belegt werden.

5. Machen Sie es sich gemütlich, statt Trübsal zu blasen

Auch die Psyche kann bei Gelenkbeschwerden eine Rolle spielen. Lassen Sie sich vom nassen kalten Grau die Stimmung vermiesen, ist es gut möglich, dass die negative Grundeinstellung auch dazu führt, dass Schmerzen stärker wahrgenommen werden. Machen Sie es sich also lieber bei einem Glas Tee gemütlich und genießen die ruhigen Stunden mit Freunden und der Familie. Ein gemeinsamer Spielenachmittag oder Musikabend kann wirklich Spaß machen.

Übrigens: Kälte kann auch heilende Wirkungen auf die Gelenke haben. Vor allem als Erstversorgung bei Unfällen mit Verstauchungen, Prellungen und Zerrungen ist Kühlen das beste Mittel der Wahl. Auch für Patienten mit (Gelenks-)Entzündungen dürfte Kälte eine schmerzlindernde abschwellende Wirkung haben. Als bekanntes Hausmittel schwören viele auf kühlende Quarkwickel.





Bluthochdruck bei der Katze – eine unterschätzte Gefahr

Nicht nur bei Menschen, auch bei Katzen kann ein zu hoher Blutdruck gefährliche Auswirkungen auf die Gesundheit haben. Jede sechste Katze ab einem Alter von 7 Jahren ist betroffen. Trotz großer Aufklärungskampagnen in den Medien wissen viele Katzenbesitzer gar nicht, dass ihre Katzen genau wie wir Menschen an Bluthochdruck leiden können. Und genau wie beim Menschen ist diese Krankheit tückisch, da sehr lange keine warnenden Anzeichen zu erkennen sind. Die Symptome sind schleichend und anfänglich sehr unspezifisch, doch zu spät erkannt, sind schwere gesundheitliche Schäden für unsere Stubentiger die Folge, die dann in der Regel auch irreversibel sind.

Warum ist ein zu hoher Blutdruck gefährlich?

Anhaltender Bluthochdruck kann auf Dauer zu schweren Organschädigungen führen. Eine häufige Folge bei Katzen ist beispielsweise die Erblindung. Denn ein zu hoher Blutdruck im Auge kann Blutungen in oder sogar die Ablösung der Netzhaut verursachen. Beides führt zu einem Verlust des Sehvermögens. Aber auch Schäden an Nieren, Herz und Gehirn sind zu befürchten, wenn der Bluthochdruck nicht erkannt wird.

Welche Anzeichen gibt es für Bluthochdruck?

Leider entwickelt sich ein zu hoher Blutdruck im Verborgenen ohne besondere Warnsignale. Die Katze kann äußerlich vollkommen gesund erscheinen. Anfänglich zeigen betroffene Katzen keine oder nur leichte Veränderungen, wie häufiges Miauen, schlechteres Fressen, ab und zu ein Vorsich-Hinstarren, manchmal Apathie oder ein schnell

vorüberziehendes, fast unbemerkt bleibendes unsicheres Laufen, also Veränderungen, welche gar nicht als ungewöhnlich wahrgenommen werden.

Wie kann Bluthochdruck bei Katzen dann erkannt werden?

Bei Katzen über 7 Jahren ist es sinnvoll, einmal im Jahr einen Gesundheitscheck inklusive Blutdruckmessung in der Tierarztpraxis vornehmen zu lassen. Denn wird der Bluthochdruck früh erkannt und behandelt, können Organschäden meist verhindert werden. Die Blutdruckmessung ist einfach, schnell und schmerzfrei – wie beim Menschen auch. Für die Untersuchung wird eine kleine aufblasbare Manschette um das Bein oder den Schwanz der Katze gelegt und der Blutdruck kann sofort abgelesen werden. Die meisten Katzen tolerieren das problemlos.

Es ist bekannt, dass der Blutdruck keine feste Größe ist, er schwankt von Katze zu Katze und – je nach aktueller Stressbelastung – sogar bei ein und demselben Tier erheblich. Deswegen ist nicht nur das Erfassen von Normwerten im gesunden Zustand der einzelnen Katze von Bedeutung, sondern insbesondere das gesamte Handling in der Praxis.

Im Allgemeinen sprechen wir von Bluthochdruck ab einer Messung von über 140–150 mmHg, sind aber schon therapeutisch gefordert, wenn er regelmäßig höher als bei 160 mmHg liegt. Steigt der Blutdruck über 180 mmHg, so liegt eine starke Hypertonie vor, die schwere Folgen für lebenswichtige Organe nach sich zieht.

Was passiert, wenn meine Katze Bluthochdruck hat?

Falls bei einer Katze ein zu hoher Blutdruck festgestellt wird, gibt es gute Therapie-möglichkeiten. In vielen Fällen kann der Blutdruck medikamentös stabilisiert werden und so Spätfolgen vorgebeugt werden. Wichtig ist allerdings eine regelmäßige Blutdruckkontrolle, um die Einstellung des Patienten zu überprüfen.

Blutdruckmessung -

wann und wie oft?

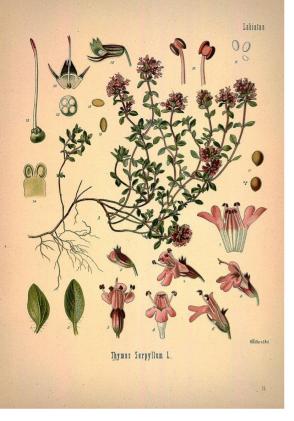
- Experten empfehlen, bei Katzen schon ab einem Alter von 3–6 Jahren regelmäßig den Blutdruck alle zwölf Monate zu kontrollieren. Das ermöglicht, die individuellen Normalwerte zu erfassen und stellt ein gutes Training für die Zukunft dar.
- Bei gesunden älteren Katzen von 7– 10 Jahren können jährliche Kontrollen ausreichend sein.
- Bei geriatrischen Katzen älter als zehn
 Jahre sind allerdings Messungen alle
 sechs Monate sicherer. Ähnlich wie
 beim Menschen wurde erforscht,
 dass mit zunehmendem Alter der
 Blutdruck pro Jahr um 2 mmHg steigt.
 Deswegen bewegt sich der Blutdruck
 bei älteren Katzen auch immer eher
 im höheren Normbereich.
- Da Tiere in kürzeren Zeitdimensionen viel stärker körperlich altern als wir, werden auch die empfohlenen kürzeren Abstände von sechs Monaten zwischen den Kontrollen verständlich.
- Das wichtigste Argument, ältere Katzen engmaschig zu kontrollieren ist, dass sie sehr häufig an Erkrankungen leiden, die Bluthochdruck auslösen (wie z. B. sekundäre Hypertonie aufgrund von chronischer Niereninsuffizienz). Bei den Katzen mit diesen Risikofaktoren kann es durchaus notwendig sein, alle drei Monate zu kontrollieren, um weitere Organschäden einzudämmen.

Merke!

Bei niedrigem Blutdruck reagiert der Körper sehr schnell, einfaches Beispiel ist die spürbare Leistungsschwäche und Müdigkeit oder der Kollaps. Bei zu hohem Blutdruck reagiert der Körper sehr verzögert, d. h. dementsprechend wird er erst erkannt, wenn die Schäden nicht mehr zu übersehen sind.

- Blutdruckmessung gehört mit zur jährlichen Vorsorgeuntersuchung.
- Blutdruckmessung ist einfach und kann leicht von der Tiermedizinischen Fachangestellten durchgeführt werden.
- Hypertonie ist vermeidbar und gut behandelbar.
- Die hypertone Katze ist engmaschig zu kontrollieren, auch wenn sich nach medikamentöser Therapie der Blutdruck wieder im Normbereich bewegt.





kaum höher als 20 bis 30 cm. Die kleinen graugrünen ellipsenförmigen Blätter sitzen gegenständig am Stängel und können am Rand umgebogen sein. Im Sommer blüht der Thymian rosa bis violett, die Lippenblüten bilden ährenartige Blütenstände.



9,40€

Bronchicum Elixir mit Thymian-Extrakt. Schleimlösende Wirkung als Hustensaft.

Thymian – Gewürz mit Heilkraft

Thymian ist neben Basilikum, Rosmarin und Oregano ein Klassiker unter den mediterranen Gewürzen. Sein würziges, bitter-süßes Aroma schenkt allen Speisen eine warme, harmonische Geschmacksnote. Darüber hinaus ist Thymian auch eine Heilpflanze, die bereits bei den alten Ägyptern als Küchen- und Heilkraut bekannt war. Auch der berühmte griechische Arzt Hippokrates setzte Thymian mit Erfolg zur Behandlung von Atemwegserkrankungen ein.

Der Echte Thymian, Thymus vulgaris, gehört zur Familie der Lippenblütler, Laminaceae. Er ist ein Zwergstrauch und stammt ursprünglich aus dem östlichen Mittelmeerraum. Die Pflanze bevorzugt sonnige Standorte mit kargem Boden, sie wird

Probieren Sie Dr. Podszus Tee bei aufkommenden Erkältungen: Mit Thymian und weiteren wirksamen Bestandteilen bei Erkältungs-Symptomen.

5,00€



Zur Blütezeit werden die oberirdischen Teile des Thymians geerntet und die Blätter und Blüten gerebelt. Sie werden getrocknet und können so als Tee verwendet werden. Durch Wasserdampfdestillation gewinnt man das ätherische Öl, eine rotbraune Flüssigkeit mit intensiven Geruch und scharfem Geschmack, das dann weiter verarbeitet wir. Die wichtigsten Bestandteile sind Phenole und sekundäre Pflanzenstoffe, die Flavonoide. Sie gelten als starke Antioxidantien und bieten Schutz vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Thymian hat aufgrund seiner hohen Konzentration an Wirkstoffen zahlreiche gesundheitsfördernde Eigenschaften. Bei Erkältungen nutzt man die entzündungshemmende, schleim- und krampflösende Wirkung . Der festsitzende Schleim wird verflüssigt und kann dann leichter abtransportiert und abgehustet werden. Thymian wirkt auch antibakteriell und fungizid, daher wird er gerne bei Pilzerkrankungen und Entzündungen im Mundbereich eingesetzt.

Egal ob sie den Thymian als Gewürz oder als Heilkraut verwenden wollen, frischer Thymian ist immer zu bevorzugen. Denn Geschmack, Aroma und sonstige Wirkstoffe entfalten sich dann am besten.

Aerobiotic Inhalationslösung bei bakteriellen und viralen Infekten der Atemwege. Für Erwachsene und Kinder ab 6 Monmate.

17,80€





Trockene Haut im Winter?

Wir empfehlen unsere reichhaltige Körperemulsion mit Ceramiden, Sheabutter und Glycerin. Unterstützt die Wiederherstellung der Hautschutzbarriere und trägt zum Erhalts des natürlichen Gleichgewichts der Haut bei. Die Inhaltsstoffe dringen tief in die Dermis ein und sorgen für eine lang anhaltende Versorgung mit Nährstoffen. Geeignet für trockene bis sehr trockene Haut.









Pflanzlich

Versuchen Sie auch mal die pflanzliche Seite! Meist weniger Nebenwirkungen, aber kraftvolle Wirkungen aus der Natur!

Entzün-

In unserer neuen Kategorie "PFLANZLICH VS. CHEMISCH" möchten wir Ihnen unterschiedliche Produkte jeweils in der pflanzlichen und chemischen Variante vorstellen.



11,50€

Hals- und Rachenraum



14,95€

Auger



Nasenschleimhaut



14,85€

Haut

Rachenschleimhaut 10,50€





Der Schwerpunkt liegt diesmal auf Entzündungsanzeichen jeglicher Art. Für verschiedene Indikationen haben wir aus beiden Kategorien eine Auswahl für Sie zusammengestellt. Fragen Sie uns!

Chemisch

Chemie muss nicht immer schlecht sein! Seit Jahren profitieren wir von der pharmazeutischen Entwicklung. Ängste vor "der Chemie" sind meist unbegründet!













Neues aus der Mohren-Apotheke:

Gruselige Krimi-Lesung in der Apotheke

Im Winter des vergangenen Jahres durften wir Sie zu einer tollen Krimi-Lesung mit Autorin **Jule Heck** in die Mohren-Apotheke einladen.

Während eines gruselig-geselligen Abends mit leckerer marokkanischer Linsensuppe und dem ein oder anderen Sekt durften wir die interessierten Besucher in unseren alten Gewölbekeller entführen, in dem bereits Autorin Jule Heck mit Ihrer schaurig-schönen Geschichte wartete. In

"Die geheimnisvollen Tiefen der Apothekaria"

muss sich Apotheken-Praktikantin Sina ihren Ängsten stellen und entdeckt während ihrer Arbeit eines Tages ein düsteres Geheimnis im Gewölbekeller der Apotheke...

Die Geschichte möchten wir denienigen, die an dem Abend nicht teilnehmen konnten nicht vorenthalten. Daher wird als sie Krimi-Fortsetzungsroman in den nächsten Monaten in der Mohrenpost erscheinen. Teil 1 dieser Geschichte können Sie bereits in dieser Ausgabe lesen. Wir wünschen viel Spaß beim schmökern und freuen uns auf weitere Events mit Autorin Jule Heck.





Gut begleitet durch die Erkältungszeit!

Dr. Podszus Tee bei aufkommenden Erkältungen



Jetzt vorbeikommen und Gratisprobe abholen! Fragen Sie nach Dr. Podszus Tee-Variationen!



Impressum

Berufsbezeichnung:

nhaber: Dr. Kerstin Podszus e.K.

Approbation erworben in: Deutschland

Handelsregister:

USt-IdNr.:

Zuständige Apothekerkammer:

DE 213069731

HRA 5

Landesapothekerkammer Hessen Körperschaft des öffentlichen Rechts

Kuhwaldstr. 46 60486 Frankfurt am Main

Aufsichtsbehörde: Regierungspräsidium Darmstadt

Luisenplatz 2 64283 Darmstadt Tel.: 06151 12 0

Apothekerin

Berufshaftpflichtversicherung:

AXA Konzern AG Industriedirektion Region Mitte Berliner Straße 298-300 63067 Offenbach