Ausgabe 4/2023

Mohrenpost

Tradition hat Zukunft

Juli und August wecken Lebenslust!

Das sind wir

Botenfahrer Otmar Bindewald

Chefins Tipp

Vitamin-B12-Mangel

Tier-Apotheke

Zecken als Urlaubsmitbringsel?

Arznei-Pflanze

Im Portrait: Weinrebe

Verpassen Sie nicht unsere kostenlosen

„Aktionen am Hochbeet“ vor der Apotheke!

12.07.2023
Probieren Sie unsere Unkrautlimonade

26.07.2023
Tinktur gegen Insektenstiche

02.08.2023
Leckeres Basilikumeis

16.08.2023
Pflegender Lippenbalsam

Dr. Kerstin Podszus mit Lucy, Annika Dach und Beate Ruppert

Lucy

Liebe Leserinnen und Leser,

am 14.Juni war auch unsere Apotheke geschlossen. Am bundesweiten Protesttag nahmen auch alle Apotheken in Friedberg und Bad Nauheim teil. Mit einer Kundgebung neben dem Elvis-Presley-Platz haben wir für Ihre Versorgung und den Erhalt unserer Apotheken protestiert.

Die Regierung fährt unsere Gesundheitsversorgung gegen die Wand! Über 400 Apothekenschließungen in den letzten 1,5 Jahren weisen die Richtung: die Arzneimittelversorgung in Deutschland ist in allerhöchster Gefahr. Die Politik provoziert Lieferengpässe und kürzt unser Honorar bei stetig fesselnder Bürokratie.

Ich für meinen Teil habe unser Warenlager um 20% erhöht, um Ihre Arzneimittel vorrätig zu haben. Leider wird dies durch die ständig größer werdenden Lieferengpässe täglich schwieriger. Wir tun Gutes, müssen aber ständig Honorarkürzungen hinnehmen. Seit 2004 gab es keine Honoraranpassung mehr. Ein Ausgleich für die gestiegene Inflation blieb aus, obwohl die Preise seit 2004 um 42% gestiegen sind.

Wir lieben unseren Beruf und tun alles für Ihre Gesundheit – an 365 Tagen und zu jeder Uhrzeit!

Ihre

Dr. Kerstin Podszus

Das sind wir:

Botenfahrer

Otmar Bindewald

Unser Botendienstfahrer Otmar Bindewald zählt zu den langjährigen Mitarbeitern unseres Apotheken-teams. Wenn Sie sich schon einmal Medikamente nach Hause schicken lassen haben, durften Sie ihn bestimmt schon kennenlernen. Hier ein paar interessante Informationen.

Wer bist Du?

Hallo Ich bin Otmar und fahre schon seit einigen Jahren Medikamente für Kunden der Hof-Apotheke zum Mohren aus. Genauer gesagt seit 2001. das sind jetzt schon 22 Jahre. Da kann auch ich nur staunen wie schnell die Zeit doch verging! Ich bin wirklich froh, dass ich so ein tolles Team kennen lernen durfte und auch der Umgang mit den Patienten gefällt mir sehr. Ursprünglich habe ich bei der Bahn in der Verwaltung gearbeitet und bin auch dort viel auf Dienstreisen unterwegs gewesen. Zuletzt war ich Administrator in der Zeitabrechnung.

Was machst Du gerne?

Ich war in meiner Jugend schon sehr sportlich und die Begeisterung für den Sport hat mich seither nicht losgelassen. Zu meinen Lieblings-sportarten gehört natürlich Fußball und auch Dart schaue ich mir gerne an. Neben der Liebe zum Sport ist aber auch Reisen eins meiner großen Hobbys. Reisen nach Amerika und auch in die Türkei zählen da zu meinen Highlights.

Lieblings#

- Türkei
- italienische / deutsche Küche
- gelb

Wenn ich einen Wunsch frei hätte:

Gesundheit!!! Mehr gibt es da nicht zu sagen!

Warum bist Du in die Apotheke gekommen?

Ich war schon langjähriger Kunde der Mohren-Apotheke bevor ich mit dem Lieferservice angefangen habe. Ich habe per Zufall mitbe-kommen, dass ein Fahrer gesucht wurde und dann ging alles ganz schnell. Meine Frau Andrea hat mich anfangs noch unterstützt und wir haben uns die Arbeit geteilt.

Was machst Du so in der Apotheke?

Als Fahrer bin ich für die Lieferung der Arzneimittel und auch für diverse Botengänge der Apotheke zuständig. Die Arbeit ist wirklich sehr abwechslungsreich und macht mir nach 22 Jahren immer noch großen Spaß.

Mein persönlicher Tipp für Sie!

Man sollte sich weniger Stress machen und das Leben mehr genießen! Und auch mal Ruhe-pausen einlegen!

Krimi-Fortsetzungsroman Teil 4 / 6:

Die geheimnisvollen

Tiefen der Apothekaria

von Autorin Jule Heck

Beate war entsetzt. Sie war sicher, dass die Männer Sina nicht gehen lassen würden, vermutlich würden sie die Arme nach getaner Arbeit ermorden, sie womöglich vorher noch missbrauchen. Diesen Typen traute sie alles zu. Hier handelte es sich allem Anschein nach um Mitglieder der Bande, die zentnerweise Cannabis und Koks in Friedberg und der ganzen Wetterau unter die Leute brachte, vorwiegend an Jugendliche, die sie in Schulen ansprachen. Seit Jahren suchte die Polizei nach den Drogendealern. Ihr Versteck war bisher unentdeckt geblieben. Sie hatten zwar mehrfach Personen festgesetzt, die als Drogenlieferanten unterwegs waren, doch die schwiegen beharrlich.

Beate musste irgendetwas tun, um sich und Sina aus dieser misslichen Lage zu befreien. Doch so lange der große Mann, offenbar der Anführer der Bande sich hier im Raum aufhielt, war eine Flucht aussichtslos.

„Ich tue wirklich alles, wenn Sie mich nur gehen lassen“, startete Sina einen weiteren verzweifelten Versuch. „Geben Sie mir doch Mülltüten. Dann räume ich alles weg.“ Sie ist geschickt, dachte Beate. Sie will erreichen, dass er den Raum verlässt.

„Also gut, ich hol dir was, aber mach dir keine Hoffnung, dass du so einfach davonkommst. Ich lass mir noch was Schönes für dich einfallen“, lachte er höhnisch und schlurfte davon.

Beate lief gebückt zu Sina. „Wir müssen hier verschwinden, bevor mich noch jemand entdeckt. Ich brauche nur irgendetwas um dich zu befreien.“

„Da drüben liegen Scheren. Damit kannst du die Kabelbinder durchschneiden“, flüsterte Sina und bewegte den Kopf in Richtung der Tische. Beate schlich leise darauf zu und nahm eine der Scheren an sich.

In diesem Moment war ein Schlurfen zu hören, das sich dem Raum näherte. Beate wollte sich in den Gang zurückziehen, doch der Mann hatte sie bereits entdeckt. „Sieh mal einer an, da ist ja noch so eine Kanalratte. Was wollt ihr blöden Weiber hier?“, schnauzte er Beate an.

Er kam auf Beate zu, zog sie an den Haaren hoch und schleuderte sie mit großer Wucht gegen die Wand. Beate rutschte an den rauen Steinen nach unten. Panik stieg in ihr auf, schwoll zu einer großen Macht. Plötzlich wirkten ihre Lungen zu groß für ihren Brustkorb. Der Atem blieb ihr in der Kehle stecken. Aus schreckgeweiteten Augen sah sie den Gangster an.

Das war wohl ihr Ende, kam es ihr in den Sinn. Doch sie konnte jetzt nicht einfach aufgeben. Sie musste plötzlich an die Worte ihres Vaters denken, der sie immer dazu angehalten hatte, sich in einer unangenehmen Situation zu beruhigen, indem sie mehrfach tief ein- und ausatmete. Sie holte Luft und zog diese bis in den Bauch, dann stieß sie diese schwallartig wieder aus. Das wiederholte sie mehrmals. Der Mann sah sie an, als hätte er eine Verrückte vor sich. Aus der Gesäßtasche holte er nun eine Pistole hervor. Er fuchtelte damit vor ihrem Gesicht herum. „Du Luder willst mich wohl verarschen“, schrie er sie an.

Jetzt rastete Beate aus. Ihr Gesicht war zu einer Maske der Entschlossenheit geworden. Mit einem Schrei, der nicht von Angst, sondern von Wut und Verzweiflung zeugte, rammte sie die Schere mit großer Wucht in den Fuß, der sie soeben getreten hatte. Der Mann schrie auf vor Schmerz. „Du Dreckstück, dir werde ich es zeigen“, er kam mit der Pistole gefährlich nah an ihren Kopf. Beate wartete darauf, dass sich ein Schuss lösen und in ihren Kopf eindringen würde. Doch genau in diesem Moment kam eine weitere Person in den Raum. „Was ist denn hier für ein Krach?“, fragte der Ahnungslose.

Diesen Augenblick der Ablenkung nutzte Beate, zog die Beine an ihren Körper, um sie dann gegen die Knie des Mannes, der sie mit der Pistole bedrohte, zu stoßen. Sie hörte das Brechen der Kniescheiben. Eine Kettenreaktion setzte sich in Gang. Ein animalischer Schrei hallte durch den Raum, der große Mann kippte nach hinten um, ein Schusslöste sich aus der Pistole. Die Kugel traf den Neuankömmling im Bauch, der daraufhin stöhnend zu Boden sank. Beate zögerte nicht eine Sekunde, riss die Schere aus dem Fuß des Großen. Mit dem blutenden Teil durchtrennte sie die Kabelbinder an Sinas Armen und Beinen, half ihr auf die Füße und schleifte sie hinter sich her zu dem Gang, aus dem sie gekommen war und der nun erneut in die Dunkelheit führte.

Sie stolperten über das Geröll und krabbelten daran hoch. Beate wollte sich am gezackten Boden nach oben in den darüber liegenden Gang ziehen, doch der Kleine, der sich um die Öffnung kümmern sollte, erschien über ihr, leuchtete ihr ins Gesicht. „Wer hat da geschossen?“, wollte er wissen. „Dein Anführer. Er hat deinen Kumpel erschossen. Du verschwindest besser“, zischte Beate. Sina stöhnte vor Schmerzen und Erschöpfung.

„Wir kommen hier nicht raus, Beate“, zederte Sina. „Das werden wir ja noch sehen. Lauf zurück in den Raum. Irgendwo muss ja ein Ausgang sein“, befahl ihr Beate.

Mit einem klagenden Stöhnen taumelte Sina vorwärts, zurück durch den schmalen Gang in den erleuchteten Saal. Der Anführer lag wimmernd auf dem Boden. Er versuchte Sinas Beine zu greifen, doch sie trat geschickt zur Seite, stieg über den anderen mit dem Bauchschuss. Der rührte sich nicht mehr. Er war tot, mausetot. Sina lief weiter auf das andere Ende des großen Raums zu. Noch einmal würde sie sich nicht fassen und fesseln lassen. Wo blieb nur Beate? Sie schaute sich um und sah, wie Beate mit dem Kleinen kämpfte. Er war ihr durch die Öffnung gefolgt und wollte sie aufhalten. Doch auch jetzt war Beate nicht bereit, sich ihrem Verfolger zu ergeben. Sie war ihm körperlich überlegen, mindestens ein Kopf größer als er. Sie trat und schlug um sich, traf ihm an der rechten Halsseite, was den Mann zu Boden schickte. Beate stolperte vorwärts, bis sie Sina eingeholt hatte.

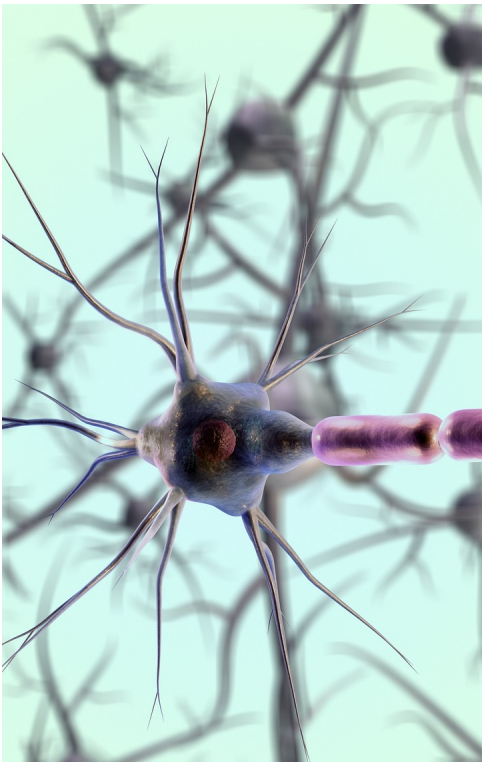
„Wie müssen hier irgendwie rauskommen, aber wir können nicht durch die Gänge zurück. Ich bin sicher, wenn der Mistkerl da zu sich kommt, wird er uns verfolgen“, sprach Beate zu Sina. „Wir müssen es da vorne versuchen. Da muss der Eingang zum Keller sein“, antwortete Sina schwach. Sie war total erschöpft.

Beate nahm sie an die Hand und schritt langsam auf den vermuteten Ausgang zu. Sie kamen in einen weiteren, großen Raum. Sie sahen Holztheken, auf denen Mikroskope, Reagenzgläser und Töpfe standen, einen Herd, auf dem etwas sprudelnd kochte und Schränke, die weiß gestrichen waren. Die Schranktüren hatten Glasfenster, durch die sie Flaschen und Gläser erblickten. Hier sah es aus, wie in einem Labor. Erleichtert stellten sie fest, dass hier eine Treppe nach oben führte. Dort musste sich eine Tür befinden, die ins Freie führte.

Beate setzte gerade den Fuß auf die unterste Treppenstufe, als sich oben eine Tür öffnete. Männerstimmen waren zu hören. „Was ist denn hier unten los?“, schrie einer. Beate wich zurück und zog Sina mit sich.

„Justin, hat mich informiert. Da unten sind zwei Weiber aufgetaucht“, schrie ein anderer. „Das gibt es doch nicht. Wo kommen die denn her?“, rief wieder ein anderer.

<u>Fortsetzung folgt…</u>



Vitamin-B12-Mangel: Wenn die Nerven leiden

Ein Vitamin-B12-Mangel kann zu Nervenschäden und Symptomen wie Müdigkeit und Blutarmut führen. Gefährdet sind vor allem ältere Menschen und Veganer. Die richtige Ernährung kann vorbeugen.

Ein Mangel an Vitamin B12 ist weit verbreitet: In Deutschland hat jeder Zehnte zu wenig Vitamin B12 im Blut. Im Alter von über 65 Jahren ist sogar jeder Vierte betroffen. Fehlt Vitamin B12, kommt es zu Nervenschäden. Mögliche Folgen sind Symptome wie Müdigkeit, Schwäche, Blutarmut und Nervenstörungen. Die Ursachen für einen Vitamin-B12-Mangel sind ebenso vielfältig wie die Symptome.

Vitamin B12 wichtig für Stoffwechsel, Blut und Nerven

Der Körper benötigt Vitamin B12 für den Energiestoffwechsel, zur Bildung von Blutzellen und zum Aufbau der Nervenhüllen. Vitamin B12 ist eines der wenigen Vitamine, die der Mensch nicht selbst bilden kann. In größeren Mengen steckt es in tierischen Produkten wie Fleisch, Fisch, Eiern und Milcherzeugnissen. Der menschliche Körper kann Vitamin B12 nicht selbst herstellen. Zwar kommen im Darm Bakterien vor, die das Vitamin bilden, doch der Organismus kann diese Quelle nur unzureichend nutzen. Gelangt Vitamin B12 mit der Nahrung in den Magen, startet ein aufwändiger Mechanismus: Das Vitamin wird aus dem Essen freigesetzt und an spezielle Transporteiweiße gebunden. Diese nennen sich Intrinsic Factor (IF) und sind notwendig, damit der Körper Vitamin B12 über die Darmschleimhaut aufnehmen kann. Von dort gelangt es ins Blut und zu den Nerven. Als Speicher dient in erster Linie die Leber.

Ursachen: Wie kommt es zu Vitamin-B12-Mangel?

Häufige Ursachen für einen Mangel an Vitamin B12 sind

- Mangel des Proteins Intrinsic Factor
- chronische Entzündung von Magen oder Darm
- Einnahme von Medikamenten gegen Diabetes oder zu viel Magensäure
- regelmäßiger Alkoholkonsum

Mit zunehmendem Alter sinkt außerdem die Leistungsfähigkeit des Magen-Darm-Trakts. Vitamine können dann nicht mehr so gut aufgenommen werden.

Symptome für Vitamin-B12-Mangel erkennen

Oft kann der Körper eine Unterversorgung eine Zeitlang ausgleichen, indem er auf das gespeicherte Vitamin B zurückgreift. So äußert sich ein Mangel an Vitamin B12 in vielen Fällen erst nach Jahren. Schneller können Mangelsymptome auftreten, wenn jemand von vornherein kaum über ein Vitamin-B12-Depot verfügt. Dazu zählen gestillte Säuglinge, deren Mütter sich in der Schwangerschaft und Stillzeit vegan ernähren, sowie Menschen, die nur selten tierische Lebensmittel konsumieren.

Der Körper hat in der Leber große Vitamin-B12-Depots. Ein Mangel fällt deshalb in der Regel erst Jahre nach Beginn der Unterversorgung auf. Die Symptome sind nicht immer leicht zu diagnostizieren:

- Sensibilitätsstörungen bis hin zu Lähmungen
- brennende Zunge
- Kribbeln in Armen und Beinen
- Gangunsicherheit, erhöhte Sturzneigung
- Muskelschwäche
- Müdigkeit, Konzentrationsschwäche
- Kopfschmerzen
- Depression
- Verwirrtheit
- Haarausfall
- Blutarmut

21,95€

Vitamin-B12-Mangel mit der richtigen Ernährung vorbeugen

Die richtige Ernährung kann einen Mangel an Vitamin B12 verhindern. Vor allem bei älteren Menschen sollten Fleisch, Milch und Eier auf dem Speiseplan stehen. Auch Veganer sollten auf eine ausreichende Zufuhr von Vitamin B12 achten. Wird ein Vitamin-B12-Mangel rechtzeitig entdeckt und unter ärztlicher Aufsicht ausgeglichen, können sich geschädigte Nerven wieder erholen. Die Diagnose stellt der Arzt mit einer Blutuntersuchung. Danach sollten Betroffene Vitaminpräparate oder Nahrungsergänzungsmittel als Ersatz einnehmen.

12,95€

Tagesbedarf Vitamin B12 gemäß der Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung:

- Jugendliche ab 15 Jahren sowie Erwachsene: etwa 4 Mikrogramm
- Während Schwangerschaft und Stillzeit erhöht sich der Bedarf auf 4,5 bis 5,5 Mikrogramm – bitte fragen Sie Ihren Frauenarzt

Unsere Empfehlung bei Vitamin B12 Mangel:
Präparate von Naturafit (ohne Konservierungs- und Farbstoffe sowie lactose- und glutenfrei)

Braune Hundezecke als Urlaubsmitbringsel?

Der Sommer ist da und mit ihm lange Spaziergänge durch blühende Wiesen und grüne Wälder. Nicht nur für uns Menschen ist die Natur in dieser Zeit schöner denn je, auch unsere Hunden und Katzen genießen die Zeit an der frischen Luft nun ganz besonders. Keine kalten Pfoten, kein matschiger Schnee-Regen und so viele neue Gerüche! Um sicher draußen unterwegs zu sein, sollten wir unsere Vierbeiner vor Zecken und Flöhen schützen und regelmäßig kontrollieren, ob sich nicht doch ein paar gemeine Blutsauger im Fell verstecken.

Übrigens: Früher hat man sich nur in Frühling, Sommer und Herbst Sorgen um Zecken gemacht. Leider werden unsere Winter aber immer wärmer. Da die heimische Buntzecke ab rund acht Grad aktiv wird, gibt es kaum noch unbedenkliche Jahreszeiten. Hinzu kommt, dass sich die braune Hundezecke zunehmend in Deutschland verbreitet – und diese ist auch im Winter aktiv.

Zecken bei Hunden

Hunde sind deutlich mehr durch Zeckenstiche gefährdet, als Katzen. Sie sind anfälliger für Krankheiten wie Borreliose und FSME und haben oft weniger langes und dichtes Fell, als Katzen. So können die kleinen Zecken sich einfacher festsaugen. Als Hundehalter gehört es nach jedem Spaziergang dazu, den Hund gründlich nach Zecken abzusuchen.

Wann ist ein Zeckenstich bei Hunden gefährlich?

Ein Zeckenstich an sich ist nicht sonderlich gefährlich für einen Hund. Das Schlimme an Zecken sind die Krankheiten, die sie übertragen. Beim Hund sind das in Deutschland vor allem:

- Borreliose
- Anaplasmose
- FSME
- Babesiose
- Hepatozoonose
- Filariose
- Ehrlichiose

Nicht jeder Zeckenstich führt zu einer Krankheit. Das gilt selbst dann, wenn die Zecke mit einem der Erreger infiziert war. Aber je länger die Zecke in der Haut des Hundes festgebissen ist, desto höher ist die Ansteckungsgefahr. Tierarzt bitte sofort aufsuchen, wenn

- gerötete Hautstellen um den Zeckenstich auftauchen (oft schwer zu erkennen).
- der Hund Fieber, Gelenkprobleme, Übelkeit, Appetitlosigkeit oder Bewegungsstörungen und Lähmungserscheinungen entwickelt.
- der Hund zunehmend abgeschlagen, träge oder müde wirkt.

Borreliose und FSME beim Hund

Borreliose und FSME sind die zwei Krankheiten, die am häufigsten von Zecken auf Hunde übertragen werden. Daher hier ein paar zusätzliche Details:

Borreliose wird oft erst sehr spät erkannt. Die ersten Symptome treten meist erst 4-6 Wochen nach dem Zeckenstich auf. Der rote Ring um den Zeckenstich, der Menschen ein klares Indiz für eine Borreliose ist, lässt sich bei Hunden nicht so leicht erkennen oder taucht überhaupt nicht auf.

Daher ist es wichtig, den Hund auch Wochen nach einem Zeckenstich noch genau zu beobachten und im Zweifel einen Tierarzt aufzusuchen. Zwar gibt es gegen Borreliose eine Impfung, diese ist aber aufgrund möglicher Nebenwirkungen umstritten und bietet keinen vollständigen Schutz gegen alle Arten von Borreliose.

FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis) ist zu Recht eine gefürchtete Viruserkrankung mit sehr schweren neurologischen Symptomen und Folgen. Das Parasitenportal schreibt: "Typische Symptome sind neben Fieber und Schwindel Muskelzittern, symmetrische Lähmungserscheinungen und Überstreckungen von Rumpf und Extremitäten. Da es keine ursächliche Behandlungsmöglichkeit gegen FSME gibt, bleibt der Hund oft für sein restliches Leben beeinträchtigt. Die Therapie beschränkt sich auf die Behandlung der Symptome." Für betroffene Hunde endet die Krankheit oft mit dem Tod.

Die braune Hundezecke – die "neue" Zeckenart in Deutschland

Wie der Name schon sagt, handelt es sich bei der braunen Hundezecke um eine Zeckenart, die sich besonders gerne an Hunden festsaugt. Braune Hundezecken stechen in erster Linie Hunde und können sie dabei mit verschiedenen Krankheiten infizieren, wenn aber ihr bevorzugter Wirt gerade nicht verfügbar ist, stechen sie auch den Menschen und können so zum Beispiel die Erreger für das Mittelmeerfleckfieber weitergeben Ursprünglich stammt die Zeckenart aus Nordafrika und bevorzugt ein wärmeres Klima, als sie in Deutschland finden könnte. Jedes Jahr werden braune Hundezecken in den warmen Jahreszeiten über die Alpen eingeschleppt. Durch den Klimawandel besteht aber mittlerweile der Verdacht, dass die braune Hundezecke langsam in Deutschland Fuß fassen könnte. Die Braune Hundezecke kann Babesiose, Ehrlichiose und Hepatozoonose übertragen.

Nach einer Blutmahlzeit verlassen die Zecken ihren Wirt und ziehen sich in Spalten und Ritzen zurück, die sie vor Umwelteinflüssen schützen. Auch hinter Fußleisten, unter Dielen und hinter Tapeten oder in Natursteinwänden in der Wohnung sind sie zu finden. Anders als unser heimischer Gemeiner Holzbock, ist die Braune Hundezecke an hohe Temperaturen und Trockenheit angepasst und kann auch in Wohnungen überleben. Ist dann noch ein Hund vor Ort, kann sie schnell zur Plage werden.

Zeckenschutz für Hunde

Zum Zeckenschutz kann man generell zwischen drei Strategien wählen:

- Chemische oder natürliche Mittel zum Auftragen, die Zecken und anderes Ungeziefer abschrecken.
- Medikamente zum Einnehmen, die es verhindern, dass Zecken sich festbeißen bzw. diese nach kurzer Zeit töten (auf chemischer oder natürlicher Basis).
- Zeckenhalsbänder, entweder mit Bioziden und Akariziden oder aus Bernstein, die Zecken töten bzw. fernhalten.

Fazit – der richtige Schutz gegen Zecken bei Hunden und Katzen

Um den Hund oder die Katze vor den Gefahren zu beschützen, die ein Zeckenstich mit sich bringen kann, sollte man dich auf zwei Dinge konzentrieren:

- Regelmäßige "Zeckenkontrolle" und sofortiges Entfernen von festgesogenen Tieren.
- Prävention durch natürliche Zeckenschutzmittel zur äußeren Anwendung.
- Sollten sich doch einmal Krankheitszeichen entwickeln, sofort einen Tierarzt aufsuchen! Das Risiko von Zecken wird von vielen Tierhaltern leider immer noch unterschätzt!

Canizeck Tabletten

Verminex Zecken-Shampoo

Weinrebe: die Heilpflanze des Jahres 2023

Damit gesundheitsfördernde Pflanzen allgemein bekannter werden, ernennt der Naturheilverein Theophrastus alljährlich eine Heilpflanze des Jahres. Für 2023 fiel die Wahl auf die Weinrebe (Vitis vinifera). Hiermit soll deutlich werden, dass das Weinrebengewächs (Vitaceae) mehr kann, als nur einen „guten Tropfen“ liefern.

Landläufig spricht man vom Wein – und meint damit nicht nur das Genussmittel, sondern auch die Pflanze. Die korrekte Bezeichnung der holzigen Kletterpflanze lautet jedoch Weinrebe.

Die Weinrebe gehört zu den ältesten Kulturpflanzen. Sie wurde bereits im alten Ägypten um 3500 v. Chr. angebaut. Die Römer verbreiteten die Weinkultur nach Deutschland.

Charakteristisch für alle Kulturreben ist, dass ihr Wuchs durch Schnitt und Stütze vorgegeben ist. Die Sprossranken, die natürlicherweise bis zu 35 Meter Länge erreichen können, werden in Kultur auf ca. 1 bis 3 Meter kurzgehalten. Weinstöcke können weit über 100 Jahre alt werden. Ihre Wurzeln dringen in bis zu 15 Meter Bodentiefe vor und sind reich verzweigt. So kommt die Pflanze auch mit längeren Trockenzeiten zurecht und die kleinen unscheinbaren Blüten können zu saftigen Beeren reifen. Deren gemeinsame Anordnung wird im Volksmund als Traube bezeichnet, botanisch korrekt handelt es sich bei diesem Fruchtstand allerdings um eine Rispe.

Die Weintrauben sind ein beliebtes Tafelobst, sie enthalten Mineralstoffe und B-Vitamine, fördern die Verdauung und dank des relativ hohen Glukosegehalts liefern sie schnell verfügbare Energie. Der Großteil der Trauben wird zu Wein vergoren.

Unsere Empfehlung bei schweren Beinen im Sommer: Antistax Venentabletten oder Venencreme.

21,99€

13,40€

Aus pharmazeutischer Sicht interessanter als die Beeren sind die Blätter der Weinrebe – genauer gesagt rotes Weinlaub (Vitis viniferae folium). Hierbei handelt es sich um die 5- bis 7-lappigen, bis zu 15 Zentimeter langen Laubblätter der Färberrebe, einer sehr alten Rebsorte. Die tiefroten Blätter enthalten im Vergleich zu den Früchten höhere Konzentrationen an Flavonoiden. Im Verbund mit anderen Inhaltsstoffen sind sie damit für die Wirksamkeit bei Venenleiden verantwortlich.

Die Blätter werden nach der Traubenlese geerntet, dann ist ihr Wirkstoffgehalt am höchsten. Sie werden zerkleinert und mit Wasser extrahiert. Nach dem Eindampfen entsteht der als Arzneimittel zugelassene Trockenextrakt. Dieser wird zu Tabletten, Kapseln oder Creme verarbeitet. Die Zubereitungen aus Rotem Weinlaub wirken abschwellend, entzündungshemmend und antioxidativ.

Sie sollten frühzeitig bei den ersten Symptomen wie müden, schweren Beinen, Spannungsgefühlen oder Juckreiz eingenommen werden. Die Einnahme der Tabletten kann durch äußerliche Anwendung als Creme unterstützt werden.

Noch ein weiteres Produkt der Weinrebe ist erwähnenswert – das Rebwasser, auch Rebenblut genannt. Hierbei handelt es sich um den im Frühjahr an den Schnittstellen der Pflanze austretenden Saft. Hildegard von Bingen empfahl die Anwendung der Flüssigkeit bei Augenleiden und Hautkrankheiten. Heute erfährt Rebwasser eine Renaissance als Beauty-Zutat in einigen Naturkosmetik-Pflegeprodukten.

Tipp: Probieren Sie auch unsere Venaktiv-Kapseln von Naturafit.

29,95€

Dr. Podszus Kosmetiktipp:

Neuer konzentrierter Aktivstoff

mit perfektionierender und verfeinernder Wirkung

16,00€

Niacinamid 10%

(Ersetzt Resveratrol 3%)

- Anti-pigmentflecken
  Verfeinernd und aufhellend
- Anti-Unreinheiten
  Talgregulierende Wirkung
- Feuchtigkeitsspendend und
  Anti-Aging-Wirkung

✓ Ohne Duftstoffe
✓ Auf Wasserbasis
✓ Auch für sehr empfindliche Haut

Zwei Verwendungs-möglichkeiten:

- Vor der Creme
- Mit der Creme vermischt

Verstärkt das Ergebnis bei:

Pigmentflecken

- Anti-Pigment-Fluid (geminderte Großflächige und lokale Hautflecken)

Unebenheiten

- Klärendes Creme-Gel und Aktiv Konzentrat (Geminderte Pickelchen und Aknenarben)

Anti-Aging

- Die passende Creme aus unserer Anti-Aging Pflege-Linie. (Verstärkte antioxidative und Anti-Aging Wirkung, verbessertes Hautbild)

Thema im Juli und August: Haarlinge beim Tier

Canina Bio.Insect Shocker zur Ungerziefer-Bekämpfung

12,90€

Anti-Zecken Spot On: Für Katzen, kleine und große Hunde

4,90€

5,50€

Shampoo mit repellender Wirkung

9,90€

Canizeck Tabletten mit Zistrose

8,90€

Welcher Tierbesitzer kennt es nicht?

Die Sonne scheint, man kommt gerade vom Spazierengehen mit Bello zurück und dann das: Was krabbelt denn dort schon wieder? ZECKENALARM!

Unerkannt kann das bei der Übertragung auf Herrchen und Frauchen zur gravierenden Folgen führen: FSME und Borreliose können im schlimmsten Fall folgen.

Ein ausreichender Schutz für Bello ist auch ein Schutz für Herrchen und Frauchen!

Reiseapotheken-Tipp

In der Reisezeit möchten wir Sie teilhaben lassen an unseren Gedanken zur Reiseapotheke. Vielleicht können wir Ihnen so beim Packen eine Hilfe sein!

Unbedingt in meinem Reisegepäck brauche ich den Herpinator, der einen Herpes schnell vergessen lässt. Und die Moortränke für meine Hündin Lucy um einen Durchfall schnell wieder in den Griff zu bekommen.

Fr. Dr. Podszus

Ich bin in meinem Urlaub gerne in der Natur unterwegs. Gerade im Sommer im Wald oder auch am See werde ich dann sehr oft von Mücken geplagt. Deshalb habe ich immer Niendorfs Mückenspray und falls doch gestochen wurde Niendorfs „Juckt ja gar nicht“ dabei.

Fr. Walz

In meiner Reiseapotheke fehlt niemals eine spitze Pinzette. Damit können Zecken, Steinchen und Splitter in meiner ganzen Familie sofort entfernt werden.

Fr. Wirkner

Fr. El Ariane

Seit dem letzten Jahr habe ich in Zukunft immer MediGel Wundheilgel mit im Gepäck. Die moderne feuchte Wundheilung hat meinen Sohn letztes Jahr gerettet bei einer nicht heilenden Wunde.

Fr. Scharmann

Wenn ich unterwegs bin darf im Sommer auf keinen Fall Soventol HydroCortison 0,5% Cremeogel fehlen.
Bei entzündeten Stichen wirkt es besonders schnell, dabei kühlend wie ein Gel und pflegend wie eine Creme.

Fr. Ruppert

Mein Produkt für den Urlaub ist Niendorfs Heilsalbe. Toll für kleine Wunden und wundgescheuerte Stellen. Auch gut bei aufgesprungenen Lippen und für meine Hund!

Fr. Dach

In meiner Reisetasche darf nie Sonnencreme fehlen, denn sie ist das Beste gegen Hautalterung und schützt vor UV-Schäden. Am besten finde ich die von Ceramol, da diese auch für sehr empfindliche und anspruchsvolle Haut geeignet ist.

Krimi-Kräuter-Tour am 03.06.2023

Unsere Chefin Kerstin Podszus von der Hof-Apotheke zum Mohren in Friedberg hatte am 03.06.2023 zu einer Kräuter-Krimi-Wanderung auf die Stauferburg Münzenberg eingeladen. Im Innenhof der Burg aus dem Hochmittelalter mit seinen zwei Bergfrieden fanden bei herrlichem Sommerwetter 30 Personen einen Platz unter der großen Linde, deren Äste sich von einer zur anderen Seite erstrecken.

Nach einer kurzen Begrüßung durch Kräuterfrau Beate, Mitarbeiterin in der Hof-Apotheke zum Mohren, übergab sie Krimiautorin Jule Heck das Wort, die eigens für dieses Event eine Kurzgeschichte geschrieben hatte. Heck erklärte in ihrer Begrüßung, dass die Erzählung „Der Mann aus der Vergangenheit – die Erlösung“ eine Mischung aus der Geschichte der Burg, der dort wachsenden Kräuter und einem Erlebnis, das Beate zweitweise in die Vergangenheit führt, erzählt.

Nach einer kurzen Einführung in die Geschichte, führte Kräuterfrau Beate, die in einem passenden Gewand steckte, die Gäste an eine Stelle, an der viele Wildkräuter wachsen. Auf ihrem Kopf befand sich ein Kranz aus Gundermann. Ausführlich erklärte sie die unterschiedlichen Gewächse, wie Giersch, Brennnessel, Gänseblümchen und gab entsprechende Erläuterungen dazu, wie diese für Medizin, Tee oder in Salaten verwendet werden können. Interessiert hörten die Anwesenden zu und stellten gezielt Fragen dazu. In Hecks Geschichte spielte vor allem der „Gundermann“ eine wichtige Rolle. Dieser Pflanze werden nicht nur heilende Kräfte nachgesagt, sondern auch hellseherische Fähigkeiten. In ihrer Eigenschaft als Kräuterfrau sieht Beate während mehrerer Kräuterführungen über die Burganlage einen Mann in edlem Tuch. Sein Aussehen und sein Auftreten weisen ihn als eine Person aus früheren Zeiten aus. Es dauert eine Weile bis ein Kontakt zwischen den beiden zustande kommt. Während eines Gewitters trifft sie den Mann im Innenhof der Burg wieder. Er führt sie in die Vergangenheit und zeigt ihr, was er von ihr erwartet. Kräuterfrau Beate wird Zeugnis von mehreren Ereignissen, die sich vor 300 Jahren in Münzenberg abgespielt haben und versteht, wie sie den Mann, zu dem sie sich hingezogen fühlt, aus seiner brenzligen Situation befreien kann.

Während einer Pause boten Beate und Kerstin den Gästen selbstgemachte Unkrautlimonade und Baguette mit Butter an, die mit verschiedenen Kräutern, wie z.B. Thymian, Lavendel, Brennessel und Giersch hergestellt wurden. Alle ließen sich die Limonade und die Snacks schmecken. Zudem konnten sie Kräutersalz und Kräuterkissen sowie Rezepte mit Wildkräutern von der Kräuterfrau erhalten.

Das zweistündige Event endete mit viel Applaus für die beiden Protagonistinnen und der Organisatorin aus unserer Apotheke. Sowohl Kräuterfrau Beate, als auch Autorin Jule Heck bieten weitere Kräuterführungen und Lesungen an, die man auf der Homepage unserer Apotheke www.mohren-apotheke-friedberg.de und unter www.jule-heck.de finden kann.

Hier einige Eindrücke von unserem gemeinsamen Tag! Es war uns mal wieder eine ganz besondere Freude. Wir freuen uns schon aufs nächste Mal! ☺

12,90€

Mückenstich? Juckreiz und Schwellung?

Niendorfs „Juckt ja gar nicht“!

Nimmt den Juckreiz + beugt Entzündungen vor.

„Juckt ja gar nicht“ ist ein kühlender, pflanzlicher Roll-On, der den lästigen Juckreiz nach einem Insektenstich bereits nach 10 Minuten abklingen lässt. Er regeneriert und pflegt die entzündete Haut und beugt Infektionen vor.

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

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

© Fotos der *Hofapotheke zum Mohren* und *Pixabay*, 2023