Ausgabe 2/2024

Mohrenpost

Tradition hat Zukunft

Hallo Frühling, hallo Sonne!

Das sind wir

Chefin
Dr. Kerstin Podszus

Chefins Tipp

Bandscheiben-Vorfall

Tier-Apotheke

Durchfall bei Hund oder Katze

Arznei-Pflanze

Im Portrait: Löwenzahn

Schreibe uns über WhatsApp

Jetzt NEU!
Schreiben Sie uns – wir liefern!

Einfach scannen!

+4960315685

powered by Superchat

Liebe Leserinnen und Leser,

das neue Jahr hat schon volle Fahrt aufgenommen und mit vielen Veränderungen müssen wir uns „anfreunden“. Eine bedeutende Veränderung im Gesundheitsbereich ist die Einführung des E-Rezeptes. Versicherte erhalten verschreibungspflichtige Arzneimittel jetzt per E-Rezept und können dieses mit ihrer elektronischen Gesundheitskarte (eGK), per App oder mittels Papierausdruck einlösen. Sind Sie unsicher oder haben Fragen dazu kommen Sie gerne vorbei. Wir informieren Sie verständlich über die Neuerungen.

Unsere Apothekenhündin Lucy hat eine kleine Schwester bekommen. Sie heißt Lizzy und wurde die ersten 9 Monate ihres Lebens ziemlich misshandelt. Kurz entschlossen habe ich die Kleine bei mir aufgenommen. Sie hat sich schon ganz toll in den Apothekenalltag eingelebt und Lucy hat lernen müssen, dass sie keine Einzelprinzessin mehr ist.

Das Kreuz mit dem Kreuz – wenn’s im Rücken zwickt und zwackt! Probleme mit dem Rücken kennt fast jeder. Auch ich habe über 30 Jahre mit meinen Bandscheibenvorfällen gekämpft. Trotz intensiver physiotherapeutischer Betreuung führte für mich letztes Jahr kein Weg mehr an einer Operation vorbei.

Als Tierbesitzer muss man sich mit dem Thema „Durchfall“ während eines Hunde- oder Katzenlebens meistens öfter mal auseinander setzen. Worauf Sie achten sollten und was man selber schon machen kann erfahren Sie in meinem Tierartikel.

In unserer neuen Rubrik Beate’s Kräutertipp werden Sie in die Geheimnisse der Kräuter eingeweiht. Unsere Apothekerin und Kräuterhexe Beate Ruppert gibt Ihnen interessante Informationen zum Löwenzahn, dem Fitmacher für das Frühjahr. Nach den erfolgreichen Kräuter-Krimi-Touren in der Vergangenheit, freuen wir uns auch in diesem Sommer wieder einen Termin anbieten zu können.

Save the Date: 01.06.2024!

Viel Spaß beim Lesen!

Ihre

Dr. Kerstin Podszus

Das sind wir:

Chefin

Dr. Kerstin Podszus

Die erfolgreiche Geschäftsfrau mit Herz geht auch mal andere Wege und begeistert ihre Kunden immer wieder.

Wer bist Du?

Mein Name ist Kerstin Podszus und ich leite die Apotheke seit nunmehr 23 Jahren. Aufgewachsen bin ich in Marburg, wo ich dann später Pharmazie studiert habe. Da mir die naturwissenschaftliche Forschung sehr viel Spaß gemacht hat, bin ich nach dem Staatsexamen gleich an der Uni geblieben um im Bereich der pharmazeutischen Chemie zu promovieren. Nach 3 interessanten Jahren im Labor konnte ich meine Doktorarbeit fertigstellen. Zum 01.01.2001 habe ich die Apotheke von meinem Großvater übernommen.

Wenn ich einen Wunsch frei hätte:
Auf jeden Fall Gesundheit!

Lieblings#

- Tiere
- Sylt
- positiv denken

Was machst Du gerne?

Meine große Leidenschaft ist das Reiten und die Arbeit mit den Pferden. Ich liebe es, draußen in der Natur unterwegs zu sein, auch die gemeinsame Zeit mit meinen beiden Hunden genieße ich sehr. Und Skilaufen in den Bergen mit der Familie ist ein Highlight.

Warum bist Du in die Apotheke gekommen?

Ich bin die Älteste von 7 Enkeln und habe viel Zeit bei meinen Großeltern verbracht. Da mein Vater schon nicht Apotheker werden wollte, war schnell klar, dass ich in die Fußstapfen meines Opas treten sollte.

Mein persönlicher Tipp für Sie:

Glaube an Dich selbst und Du kannst Berge versetzen!

Was machst Du so in der Apotheke?

Als Chefin bin ich mehr oder weniger Mädchen für alles. Neben der Kundenberatung und Mitarbeiter-Betreuung habe ich weitere unzählige Aufgaben im kreativen und organisatorischen Bereich.

Die Jagd nach den Mohrensteinen

von Autorin Jule Heck

Krimi-Fortsetzungsroman
Teil 2 / 6:

Kerstin merkt, wie ihr Herz rast. Sie überlegt, wie sie sich gegen den Mann zur Wehr setzen kann. Aber sie erkennt schnell, dass sie keine Möglichkeit hat. Sie unternimmt einen weiteren Versuch, ihn loszuwerden. Sie greift in die Tasche ihres Kittels und holt ihr Handy hervor. „Verschwinden Sie jetzt oder ich rufe die Polizei."

Völlig unvorbereitet schlägt der Mann nach ihr. Kerstin geht hinter dem Verkaufstresen in Deckung. Doch der Mann ist schnell und folgt ihr. Kerstin gelingt es nicht mehr, sich in ihrem Büro in Sicherheit zu bringen. Der Mann schlägt ihr von hinten mit einem Gegenstand auf den Kopf. Kerstin spürt einen stechenden Schmerz und fällt zu Boden. Ihr schwinden die Sinne. Wie lange sie so hinter dem Tresen liegt, weiß sie nicht. Plötzlich hört sie wie durch eine Nebelwand eine Stimme und ein Jaulen. Ein Hund steht vor ihr. „Kerstin", ruft die Stimme wieder, „was ist denn mit dir?"

Kerstin versucht sich aufzurichten. Ihr Kopf brummt. Ihr ist schlecht. Als sie die Augen öffnet, sieht sie Gegenstände auf dem Boden liegen. Sie hebt den Blick und sieht in ein besorgtes Gesicht. Aber es ist ihr unmöglich, sich aufzurichten.

„Was ist denn los? Wo bin ich denn?", fragt Kerstin die ihr unbekannte Frau. „Wer sind Sie denn?" Die Frau geht in die Hocke. „Kerstin, ich bin es doch, Alex. Bist du überfallen worden?" Doch Kerstin kann sich an nichts erinnern. Mit Hilfe der fremden Frau gelingt es ihr aufzustehen. Aber ihrem Kreislauf gefällt das gar nicht. Ihr wird schwarz vor Augen und sie droht umzufallen. Die Frau, die sich ihr als Alex vorgestellt hat, fängt sie auf und führt sie zu einem Stuhl. „Hier bleibst du sitzen. Ich rufe den Sanitätsdienst."

Kerstin kommt langsam zu sich. Sie schaut sich um. Wie sieht es denn hier aus? Überall liegen Medikamente auf dem Boden. „Wo ist sie überhaupt? Was macht sie denn hier? Sie kann sich an nichts erinnern. Der Hund sitzt vor ihr, jault und winselt abwechselnd. Was will er denn von ihr? Die fremde Frau bringt ihr ein Glas Wasser. Dankbar nimmt sie es entgegen.

Als der Sanitätsdienst kommt, wird sie untersucht. Die Fragen nach ihrer Person kann sie nicht beantworten.

„Wir bringen Sie jetzt ins Bürgerhospital. Dort wird man sich um Sie kümmern", sagt ein Sanitäter zu ihr. „Sie haben eine schwere Gehirnerschütterung und leiden offensichtlich unter einer retrograden Amnesie", erklärt ihr der Mann.

Ohne Widerrede lässt sich Kerstin zu dem Sanitätsauto bringen. Mit Hilfe eines Sanitäters legt sie sich auf eine Trage. Die Türen werden geschlossen und der Wagen setzt sich in Bewegung. Sie ist müde und fühlt sich erschöpft.

Kerstin schläft den ganzen Nachmittag und die ganze Nacht hindurch. Alex weicht nicht von ihrer Seite. Als Kerstin wieder zu sich kommt, fragt sie ganz erstaunt: „Was ist denn los? Wo bin ich denn?" „Guten Morgen. Kennst du mich?"

„Was soll der Quatsch, Alex. Natürlich kenne ich dich. Aber wieso liege ich denn im Krankenhaus? Was ist denn passiert?"

„Du wurdest gestern Mittag in der Apotheke überfallen. Man hat dich niedergeschlagen und alle Räume wurden durchwühlt.“

„Wurde etwas gestohlen?“, fragt Kerstin erschrocken.

„Ich glaube nicht. Es wurde aber alles durchwühlt und aus den Schränken gerissen. Die Polizei und die Spurensicherung waren schon da. Beate räumt gerade alles wieder auf.“

Kerstin setzt sich auf, um aus dem Bett zu steigen. „Du bleibst schön liegen und erholst dich erst einmal. Kannst du dich erinnern, was passiert ist?“

„Nicht wirklich.“ Tränen laufen Kerstin über das Gesicht. „Wo ist denn Lucy? Ihr ist doch hoffentlich nichts passiert?“

„Nein, Lucy war mit mir Gassi. Als wir zurückkamen, haben wir dich auf dem Boden vorgefunden. Es herrschte ein heilloses Durcheinander und du hast weder mich noch Lucy erkannt. Aber dein Gedächtnis scheint langsam zurückzukehren.“

Kerstin bleibt eine ganze Woche in der Klinik. Ihre Mitarbeiter kümmern sich unter der Leitung von Beate um die Apotheke. Alles läuft in gewohnten Bahnen. Dennoch fehlt Kerstin irgendwie. Sie ist der gute Geist des Hauses. Hat immer ein freundliches Wort für die Kunden und hört sich auch mal ihre Sorgen an. Da kommt sie ganz nach ihrem Großvater Hans. Die Kunden, die von dem Überfall aus der Zeitung erfahren haben, fragen nach ihrem Befinden, bringen Blumen, Saft und Süßigkeiten für die Chefin vorbei. Kerstin ist gerührt von so viel Fürsorge und freut sich, als sie endlich wieder nach Hause und an die Arbeit zurückkehren kann. Lucy gebärdet sich wie wild, als sie ihr Frauchen endlich wieder sieht. Ihre Mitarbeiter begrüßen sie herzlich.

Die ersten Tage fallen ihr allerdings schwer. Immer wieder macht sich ein dumpfer Schmerz in ihrem Kopf bemerkbar und manchmal wird ihr auch noch schwarz vor den Augen. Aber sie weiß, dass die Symptome der Gehirnerschütterung bald vorbeigehen werden. Wann sich jedoch ihre Erinnerung wieder einstellt, vermag sie nicht zu sagen.

Auf die Fragen der Polizei, wer sie überfallen hat, kann sie keine Antwort geben. Sie kann sich einfach nicht erinnern, was an diesem Samstagnachmittag passiert ist. Vermutlich lässt ihr Unterbewusstsein es nicht zu, dass ihr die Ereignisse in den Sinn kommen. Womöglich war der Vorfall so schrecklich, dass sich ihr Kopf gegen die Erinnerung wehrt. Das macht ihr auch ein bisschen Angst. Gut, dass sie Alex und Lucy und ihre Mitarbeiter an ihrer Seite weiß. So vergehen ein paar Monate. Der Herbst zeigt sich nach einem wunderschönen Altweibersommer nun von seiner hässlichen Seite. Morgens herrscht dicker Nebel, der sich tagsüber nur langsam auflöst. Es ist kalt und windig. Die Bäume haben längst ihr buntes Laub verloren.

Wer nicht gerade an Corona leidet, der hat die Grippe oder zumindest einen starken Husten. Kerstin und die Belegschaft der Apotheke haben alle Hände voll zu tun. Die Mohrensteine sind wieder gefragt und der Vorrat geht langsam zur Neige.

„Ich muss am Wochenende wieder Mohrensteine produzieren“, stellt Kerstin fest. „Ich habe doch Notdienst am Samstag. Dann komme ich schon mittags und leiste dir Gesellschaft“, antwortet Beate. „Dann bist du nicht so allein.“

Die Auszubildende bietet an, am Samstagnachmittag zu bleiben. „Ich kann ja dann mit Beate die Schaufenster dekorieren.“

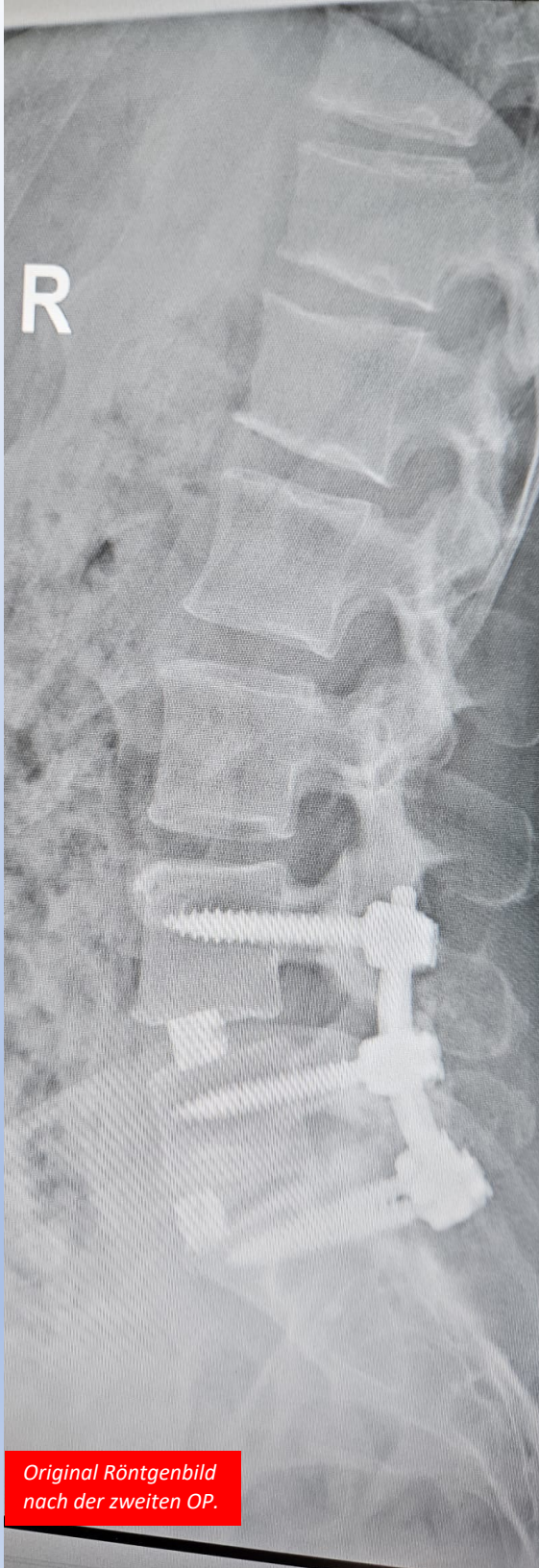
„Das ist lieb von euch. Ich spendiere auch eine Pizza.“

Fortsetzung folgt...

Bandscheibenvofall

Es kann jedem passieren: ein schmerzhafter Bandscheibenvorfall. Was dann tun? Am Anfang haben konservative Maßnahmen Vorrang. Doch wann kann eine Operation Abhilfe schaffen? Mit diesem Thema beschäftige ich mich schon seit nahezu 30 Jahren, so wurden bei mir als junger Mensch schon Bandscheibenvorfälle diagnostiziert. Über die vielen Jahre hinweg hatte ich meine Rückenschmerzen mit Physiotherapie und gezielten Übungen gut im Griff. Es gab bessere und schlechtere Zeiten. Vor sechs Monaten hat sich dann aber alles schlagartig geändert.

Probleme mit dem Rücken kennt fast jeder. In einer aktuellen Studie des Robert-Koch-Instituts (RKI) gaben knapp zwei Drittel aller Befragten an, im letzten Jahr an Rückenschmerzen gelitten zu haben – im Schnitt acht Tage pro Monat. Knapp 40 Millionen Arztbesuche verzeichnen deutsche Arztpraxen deshalb jährlich. Rückenschmerzen sind nach Atemwegsinfektionen die zweithäufigste Einzeldiagnose für Krankschreibungen – und gleichzeitig die Ursache für die längsten Arbeitsunfähigkeitszeiten. Bei den allermeisten Patienten lässt sich keine konkrete Ursache ermitteln, die die Beschwerden überzeugend erklären kann und eine gezielte Behandlung erfordert. Der Arzt spricht dann von unspezifischen Rückenschmerzen. Nur bei weit unter 10 Prozent der Patienten findet man eine spezifische Ursache, zum Beispiel einen großen Bandscheibenvorfall, eine Wirbelkörperfraktur oder Tumormetastasen. Sehr häufig sind muskuläre Dysbalancen und Fehlhaltungen schuld. Die können zum Beispiel durch einseitige Bewegungsabläufe, schwere körperliche Arbeit, Bewegungsmangel und Übergewicht entstehen. Bei 80 Prozent aller Patienten über 40 Jahren findet man Bandscheibenvorwölbungen oder -vorfälle oder andere Auffälligkeiten, die aber meist überhaupt nicht in Zusammenhang mit den Symptomen stehen. Die Befunde lösen bei vielen Patienten Angst und Verunsicherung aus, obwohl die dokumentierten Veränderungen häufig altersgerecht und kein Anlass zur Besorgnis sind.



Original Röntgenbild nach der zweiten OP.

Was ist ein Bandscheibenvorfall?

Die Bandscheiben liegen zwischen den Wirbeln und fungieren als eine Art Stoßdämpfer. Druck und Stöße auf die Wirbelsäule werden durch sie abgefedert. Sie bestehen aus einem Gallertkern, der von einem faserigen Ring umschlossen wird. Diese Faserhülle wird mit den Jahren rissig und Teile der innenliegenden Gallertmasse können hindurchtreten, das heißt "vorfallen". Ein solcher Bandscheibenvorfall kann dann auf die Nerven im Rückenmarkkanal drücken und dadurch Schmerzen und schlimmstenfalls Lähmungen auslösen. Sehr selten sind schwere Verletzungen durch Unfälle für einen Bandscheibenvorfall verantwortlich. 62 Prozent aller Bandscheibenvorfälle betreffen die Lendenwirbelsäule, 36 Prozent die Halswirbelsäule. Vorfälle an der Brustwirbelsäule sind mit zwei Prozent sehr selten.

Therapie aus mehreren Bausteinen

Die Behandlung eines Bandscheibenvorfalls erfolgt zunächst konservativ, wenn keine Nervenschädigung mit Lähmungserscheinungen vorliegt. Das Behandlungskonzept setzt sich im Wesentlichen aus Physio-, Schmerz- und Bewegungstherapie zusammen.

Früher gingen Wissenschaftler davon aus, dass akute unspezifische Kreuzschmerzen selbstbegrenzend sind und 90 Prozent der Betroffenen innerhalb von sechs Wochen genesen. Während der typische Hexenschuss in der Regel tatsächlich nach ein paar Tagen wieder verschwunden ist, scheint das nicht generell für Rückenschmerzen zu gelten. Eine Metaanalyse aus dem Jahr 2013 belegt, dass nur ein Drittel der Patienten drei Monate nach einer akuten Schmerzepisode wieder schmerzfrei ist. Der überwiegende Rest klagt selbst nach einem Jahr noch über Beschwerden.

Alles, was länger als zwölf Wochen anhält, bezeichnen Mediziner als chronischen Rückenschmerz. Bei neu auftretenden Schmerzen von bis zu sechs Wochen Dauer ist von akuten Beschwerden die Rede. Subakut sind definitionsgemäß Schmerzen, die seit mehr als sechs, aber weniger als zwölf Wochen bestehen.

Experten sind sich heute weitgehend einig, dass unspezifische Rückenschmerzen multifaktoriell bedingt sind. Nach dem biopsychosozialen Modell tragen biologische Faktoren wie eine schwache Rumpfmuskulatur ebenso dazu bei wie psychische und soziale Einflussgrößen. Geringe Lebenszufriedenheit, niedriges Selbstwertgefühl, Ängstlichkeit und Depressivität fördern unspezifische Kreuzschmerzen sowohl bei Jugendlichen als auch bei Erwachsenen. Bei länger anhaltenden Schmerzen bildet sich zudem durch Veränderungen der Signalverarbeitung im Nervensystem ein Schmerzgedächtnis, das oft eine größere Rolle spielt als der eigentliche Schmerzauslöser im Gewebe.

Die operativen Möglichkeiten

Das Standardverfahren ist die offene mikrochirurgische Entfernung des beschädigten Teils der Bandscheibe. Über einen kleinen Schnitt am Rücken führt der Chirurg ein Mikroskop und das Operationsbesteck ein und kann so die betroffene Stelle gut einsehen und versorgen.

Bei einer **endoskopischen Operation** wird unter Röntgenkontrolle durch einen winzigen Schnitt in der Haut ein kleines, röhrenförmiges Instrument, das Endoskop, eingeführt. Darüber können die Ärzte dann weitere Instrumente an den Ort des Geschehens bringen und vorgefallenes Bandscheibengewebe entfernen.

Versteifung von Wirbelkörpern: In einigen Fällen kann eine Versteifung von benachbarten Wirbelkörpern notwendig werden. Dies geschieht zum Beispiel bei einem massiven Vorfall der Bandscheibe mit Einengung des Wirbelkanals, nach Voroperationen oder bei Instabilitäten in der Wirbelsäule. Dabei werden die Wirbelkörper ober- und unterhalb der betroffenen Bandscheibe durch Platten und Schrauben miteinander verbunden und fixiert. Dieses Segment der Wirbelsäule wird damit unbeweglich.

Wie ist es mir ergangen?

Zunächst haben mein behandelnder Arzt, meine Physiotherapeutin und ich alles dran gesetzt um das schmerzhafte Geschehen konservativ in den Griff zu bekommen. Nach relativ kurzer Zeit wurden die neurologischen Ausfallerscheinungen mit Schmerzen und Taubheitsgefühlen im rechten Bein so massiv, dass ich beim Neurochirugen vorstellig werden musste. Da war dann relativ schnell klar es führt kein Weg an einer Operation vorbei. Das „rausgefallene“ Bandscheibenmaterial, welches die Nerven einklemmte, musste entfernt werden. In der OP sah man dann, dass die Bandscheibe dermaßen angegriffen ist, dass die Gefahr eines Rezidiv sehr hoch wäre. Es kam wie es kommen musste und nach 10 Tagen war ich wieder an dem gleichen Punkt wie vor der ersten OP. Also wurde ich nur drei Wochen nach dem ersten Eingriff erneut operiert. Diesmal mit Entfernung von zwei Bandscheiben und Versteifung von drei Wirbeln.

Jetzt ist Geduld angesagt, damit alles in Ruhe ausheilen kann!

Mein Motto: Körperliches Training ist die beste Prävention und entscheidend für die Besserung von Rückenschmerzen.

Hilfe mein Tier hat Durchfall!

Als Tierbesitzer muss man sich mit dem Thema „Durchfall“ während eines Hunde- oder Katzenlebens meistens öfter mal auseinander setzen. Denn es kann immer wieder einmal vorkommen, dass der Kot des Vierbeiners mehr und weniger flüssig ist. Während Katzen da aber meist doch recht stabil sind, ist Durchfall bei Hunden keine Seltenheit.

Wenn der Hund dann in der Nacht ständig raus muss oder die Katze gar nicht mehr vom Katzenklo kommt, schrillen bei uns sofort die Alarmglocken. Dennoch heißt es dann Ruhe bewahren und zu überlegen, was die Ursache sein könnte und wie man dem Tier am besten helfen kann.

Was ist Durchfall denn überhaupt?

Der Begriff „Durchfall“ bedeutet auch nicht einfach ab und zu auftretenden weichen, breiigen Kot. Durchfall beschreibt weichen bis hin zu flüssigen/wässrigen Kot, der häufiger als sonst und teils auch unkontrolliert abgesetzt wird. Man unterscheidet auch noch zwischen akutem Durchfall, der nur über wenige Tage anhält und chronischem Durchfall, der sich über einen längeren Zeitraum hinzieht.

Dem Tier ist das meist auch sehr unangenehm. Wenn man das Tier beobachtet, heißt es nun zu unterscheiden, ob es sich bei dem veränderten Kotabsatz um eine möglicherweise schwerwiegende Erkrankung handelt oder ob doch eine harmlose Ursache dahinterstecken könnte.

Welpen / Kitten, ältere, kranke und geschwächte Tiere mit Durchfall sollten immer umgehend zum Tierarzt gebracht werden, da die Gefahr der Austrocknung einfach zu groß ist!

Vorsicht- Dehydration!

Bei Durchfall muss man sehr bewusst auf den Wasserhaushalt achten, da der Körper des Tieres durch den Durchfall schnell viel Wasser verliert. Man sollte daher aufpassen, dass dem Tier immer ausreichend frisches Wasser zur Verfügung steht und es dieses auch wirklich aufnimmt. Dem Wasser kann man auch etwas ungewürzte Suppe oder ein bisschen Leberwurst beimengen, damit das Tier animiert wird zu trinken. Mit dem Hautfalten-Test kann man Dehydration auch selber ganz einfach feststellen: Hebt man eine Hautfalte am Rücken des Tieres an und diese legt sich schnell wieder an, ist alles soweit in Ordnung. Bildet sich die entstandene Falte nicht sofort zurück, weist das auf eine drohende Dehydration hin. Das Tier sollte dann unbedingt zum Tierarzt gebracht werden.

Lucy und Lizzy, die beiden Apotheken-Hündinnen.

Unsere Futter-Empfehlungen bei Durchfall-Erkrankungen: Organic Vet Schonkost – Hochwertiges und leckeres Nassfutter.

3,90€

Mögliche Ursachen für Durchfall

- Umstellung auf ein neues Futter
- Zu schnell und/oder zu viel gefressen
- Verdorbene Lebensmittel
- Unsauberes Wasser (z.B aus Pfützen oder Teichen)
- Stress, Angst, Nervosität
- Vergiftung (z.B durch Pflanzen, giftige Lebensmittel, Medikamente,…)
- Parasitenbefall (z.B Würmer) oder Giardien
- Infektionen durch Bakterien (z.B Salmonellen, Clostridien, …)
- Virusinfektionen (Parvo, Corona, Staupe)
- Nahrungsmittelunverträglichkeit
- (Chronische) Entzündung von Magen und/oder Darm
- Probleme mit der Bauchspeicheldrüse, Niere oder Leber
- Erkrankungen des endokrinen Systems: Morbus Addison, Diabetes mellitus
- Leaky Gut Syndrom (angegriffene Darmschleimhaut)
- Dysbakterie (gestörte Darmflora)

In der Liste finden sich neben harmlosen Ursachen jedoch auch schwerwiegendere Erkrankungen und daher ist mit anhaltendem Durchfall auch nicht zu spaßen. Es gilt daher gut zu beobachten, ob der Durchfall eher akut auftritt oder das Tier doch immer wieder massive Probleme mit der Verdauung hat. Dann ist es nämlich unbedingt notwendig eine genaue Diagnostik einzuleiten, um mal zu schauen, was da los sein könnte.

Was kann man bei akutem Durchfall tun?

1. **Canina Moortränke:** Sie hilft bei Irritationen des Magen-Darm-Traktes, wechselnder Kotkonsistenz und Blähungen. Die enthaltenen Humin- und Fulvosäuren schleusen schädliche Stoffe aus dem Darm und entziehen dünnflüssigem Kot das Wasser, so dass er wieder fest wird. Der Appetit wird angeregt. Darüber hinaus reinigt und entschlackt die Moortränke von innen.

2. **Schonkost:** Schonkost selbst zuzubereiten kostet zwar mehr Zeit als eine Dose zu öffnen, aber dafür weiß man auch ganz genau was im Futter drin ist. Am besten eignet sich für Schonkost gekochtes Hühner- oder Putenfleisch, da dies sehr mager ist, aber einen hohen Eiweißgehalt hat. Das Fleisch sollte man nach dem Kochen klein schneiden oder sogar pürieren. Gekochte Karotten dürfen in der Schonkost nicht fehlen. Rezepte dazu bei uns in der Apotheke erhältlich!

3. **Moro´sche Karottensuppe:** Diese speziell zubereitete Karottensuppe ist ein altes und sehr wirksames Hausmittel bei Durchfall. Das Besondere an der Suppe ist, dass sie sehr lange gekocht wird, wobei sich bestimmte Stoffe bilden – sogenannte Oligogalakturonsäuren – die in der rohen Karotte gar nicht vorhanden sind. Diese Polysaccharide hemmen jene Bakterien, die sehr oft den Durchfall verursachen. Sie hilft aber erfahrungsgemäß oft auch hervorragend bei unspezifischen Durchfällen aller Art. Rezept hier in der Apotheke! Benannt wurde diese Suppe nach dem österreichischen Kinderarzt Professor Dr. Ernst Moro (1874 – 1951), der sie im Jahr 1908 als Hausmittel gegen Durchfall kreiert hat. Es war durch die Karottensuppe möglich, die Sterbe- und Komplikationsraten bei Kindern infolge von Durchfallerkrankungen drastisch zu reduzieren. Antibiotika gab es damals nämlich noch keine.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die Prognose von Durchfallerkrankungen in vielen Fällen gut ist. Die Abklärung schwieriger Fälle kann aber ziemlich aufwändig, zeit-und kostenintensiv sein und erfordert von dem Tierbesitzer Geduld, genaues Befolgen der besprochenen Massnahmen und viel Verständnis.

Zur Behandlung von akutem Durchfall: Dia Tab (Tabletten zum Eingeben) oder Moortränke von Canina (einfach übers Futter geben).

Welche Pflanzenteile sind essbar?

Grundsätzlich werden alle Pflanzenteile verwendet, die Zusammensetzung der Wirkstoffe ist abhängig von der Jahreszeit. Im Frühjahr schmecken die jungen Blätter gut im Salat. Aus den frischen oder getrockneten Blätter oder auch aus den Wurzeln kann man einen Tee kochen.

Die Wurzeln sind im Herbst ein leckeres Gemüse, besonders für Diabetiker geeignet, da das enthaltene Inulin den Blutzuckerspiegel nicht beeinflusst.

Ich mache gerne eine Frühjahrskur mit den frischen Löwenzahnblättern oder Presssaft. Über 4 Wochen 30 ml Pressaft oder 2 Tassen Tee täglich, dadurch bringt der Löwenzahn den ganzen Organismus in Schwung, eine Verjüngungskur für Bindegewebe, Leber und Niere. Kombiniert mit Brennnessel wirkt die Kur noch reinigender und befreit den übersäuerten Organismus von unnötigem Ballast.

Der Fitmacher im Frühjahr

Der Löwenzahn

Taraxacum officinalis

Der Löwenzahn wächst nahezu überall. Er besiedelt Brachflächen und wächst auch in Mauerritzen und Asphalt. Wer kennt ihn nicht, mit seinen markant gezähnten Blättern, seinen leuchtend gelben Blüten und dem Fruchtstand aus kleinen Fallschirmen?

Der Löwenzahn ist eine Heilpflanze mit großer Wirkstoffvielfalt. Daher auch sein Name Taraxacum officinale: Taraxo – die Störung und Akos – das Heilmittel bzw. taraxacis – die Entzündung. Zum einen enthält er Bitterstoffe, die die Galle und die Verdauung anregen. Sowie ätherische Öle und Gerbstoffe, die das Wachstum von Mikroorganismen hemmen. Außerdem Mineralien wie Kalium, Calcium und Schwefel, sowie Spurenelemente wie Eisen, Mangan und Zink.

Imupret N Dragees: Traditionell angewendet bei den ersten Anzeichen einer Erkältung.

15,40€

Löwenzahn in der Küche

Die jungen Blätter kann man im Salat essen oder wie Spinat kochen und die Stängel kann man kleinschneiden, wie Schnittlauch, und damit die Marinade würzen.

Die noch nicht geöffneten Blütenknospen werden in Essig eingelegt und als Gemüse gegessen und die getrockneten und gemahlenen Wurzeln dienen als Kaffee-ersatz.

Mein Lieblingsrezept ist allerdings der **Löwenzahnblüten-Honig**, dazu braucht man 400 g Löwenzahnblüten (in der Mittags-sonne pflücken, an Stellen, die nicht gespritzt und als Hundeklo benutzt wer-den!), 3 Bio Zitronen, 1 Liter Wasser und 1 kg Zucker.

Zuerst kocht man Wasser und die klein-geschnittene Zitrone mit den abgezupften Blüten einige Minuten auf und lässt dies 24 Stunden ziehen. Am nächsten Tag kann man die Blüten abgießen und die aufgefangene Flüssigkeit mit Zucker 2 Stunden kochen lassen bis es sirupartig wird, dabei immer wieder umrühren. Zuletzt wie Marmelade in Gläser umfüllen.

Wer den Löwenzahn fertig genießen möchte:

In der Apotheke gibt es für die Frühjahrskur Löwenzahnpresssaft von Schöniger und als Bitterstoffpräparat (bei Verdauungsbe-schwerden) die Bitterstern Tropfen zu kaufen.

Auch wer sein Immunsystem stärken möchte, kann dies mit Löwenzahn tun, zum Beispiel mit dem Medikament Imupret. Selbstverständlich haben wir auch Löwen-zahnwurzel als Tee vorrätig.

Fragen Sie uns, wir beraten Sie gerne.

Ihre Kräuterhexe Beate Ruppert!

Probieren Sie Bitterstern Verdauungstropfen mit Löwenzahn.

7,40€

Kraft aus der Natur: Löwenzahn-Presssaft von Schöniger.

8,90€

Dr. Podszus Kosmetiktipp:

HYALURON KONZENTRIERTES GEL, 50ml

Intensive Anti-Aging Pflege.

FÜR EIN LANG ANHALTENDES LEUCHTEN IHRER HAUT. SIE SEHEN FRISCHER UND STAHLENDER AUS. FÜR ALLE HAUTTYPEN GEEIGNET.

26,00€

Hyaluron konzentriertes Gel, 50ml

Konzentriertes Hyaluron-Gel spendet intensive Feuchtigkeit, glättet Falten und verleiht eine gefestigte, geschmeidige, seidenzarte und strahlende Haut.

Auf der Basis einer exklusiven patentgeschützten mikrofragmentierten Hyaluronsäure spendet dieses Gel intensive Feuchtigkeit, strafft die Haut, mindert die Falten, verleiht eine geschmeidige und samtige Haut und einen strahlenden Teint. Das konzentrierte Hyaluronsäure Gel ist eine **Konzentratlösung** der mikrofragmentierten Hyaluronsäure. Hyaluronsäure ist ein wesentlicher Bestandteil des Bindegewebes und garantiert der Haut Tonus, Elastizität und Feuchtigkeit. Sie fungiert als Gewebe-Füller und verbessert die Elastizität und reduziert die Faltentiefe.

„Körpercremes, die unsere Haut schützen und beruhigen.“

Angebot im März und April 2024!

OrganicVet Trockenfutter für **Hunde und Katzen**. Hohe Verträglichkeit und speziell für Allergiker-Tiere geeignet. Eine hochwertige, getreidefreie Vollnahrung, die unseren vierbeinigen Freunden auch noch schmeckt.

Coupon für eine Gratisprobe!

Tipps von den Fachkräften

Die Tage werden wieder länger und alles fängt an zu blühen. Für viele ist der Frühling eine wunderbare Zeit, wenn da nicht die Allergien wären. Für manch einen wird diese Zeit im Jahr zur Qual. Wir geben Ihnen Tipps zur Allergie-Zeit, um Ihnen schnelle Linderung zu verschaffen. Damit auch Sie diese Zeit genießen können!

Allegra Allergietabletten lindern die Allergiesymptome schnell, stark und besonders gut verträglich. Der Wirkstoff dringt nicht in Schlafzentrum vor und macht deshalb nicht müder als man es eventuell durch die Allergie schon ist.

Fr. Dr. Podszus

Mein Allergietip, die Nasendusche: Eine unterstützende Behandlung bei Heuschnupfen sind Nasenspülungen mit einer Nasendusche mit Salzwasser. Das Wasser befeuchtet die Nasenschleimhaut und soll Allergene wie Pollen herausspülen. Sollte am besten abends angewendet werden.

Fr. Walz

Mometason Nasenspray hilft innerhalb von 1-2 Tagen bei 1x täglicher Anwendung schnell und zuverlässig gegen verstopfte, laufende und juckende Nase während der Allergiezeit. Auch die Symptome an den Augen – wie tränende und juckende Augen – werden durch das Nasenspray weniger.

Fr. Wirkner

Fr. El Ariane

Ich empfehle Schwarzkümmelöl: Bei einer frühzeitigen Anwendung zeigt sich in vielen Fällen eine deutliche Linderung der Symptome. Mit der Einnahme sollte man mindestens drei Monate vor dem Pollenflug starten. Ich persönlich gebe es meinem Sohn bei Hausstaubalergie.

Fr. Scharmann

Zaditen ophta Augentropfen, mein absoluter Favorit bei geröteten, juckenden und tränenden Augen. Superschnelle Wirkung bei nur zweimal täglicher Anwendung. In der Allergiezeit nicht mehr wegzudenken!

Fr. Ruppert

Möchten Sie ihre Allergie oder die ihrer Kinder homöopathisch behandeln empfehle ich das Kombimittel Dhu Heuschnupfenmittel . Gegen die Symptome der Rhinitis wirken Luffa Nasentropfen, Euphorbium comp Nasenspray oder Weleda Heuschnupfenspray.

Unsere Kräuterevents im Sommer 2024!

Gleich notieren!

Kräuter-Spaziergang in Ockstadt
27.04.2024, 15:00 – 17:30 Uhr

Wir freuen uns, dieses Jahr wieder eine interessante Kräutertour durch Ockstadt's Wiesen anzubieten.
Wer weiß schon, wie gut unsere heimischen Kräuter schmecken oder was man daraus Gesundes herstellen kann?

Anmeldung bitte bei uns in der Apotheke!

Kräuter-Krimi-Spaziergang rund um die Burg
01.06.2024, 15:00 – 17:30 Uhr

Während unseres Spazierganges liest Jule Heck einen spannenden Krimi. Welche Rolle dabei die heimischen Kräuter spielen, bleibt eine Überraschung.

Anmeldung bitte bei uns in der Apotheke!

Unsere Kräuterevents umfassen einen leckeren Kräuterimbiss.
Unkostenbeitrag 15€ pro Person.

Beate´s Kräutertipp

Die Geheimnisse der Kräuter

Die Euch als Apothekerin bekannte Beate Ruppert ist noch viel mehr. Sie ist zertifizierte Natur- und Landschaftsexpertin, darüber hinaus auch Wild-und Heilpflanzenpädagogin.

Erleben Sie bei uns spannende Informationen zu unseren heimischen Kräutern: Brennesselbrötchen, Unkrautlimonade und Schokobananen mit Taubnessel und Gänseblümchen.

Das ist Superfood direkt von der Wiese!

SPRECHEN SIE UNS AN!

Wir beraten Sie gerne.

Hof-Apotheke zum Mohren

Tradition hat Zukunft!

In Ihrer Hof-Apotheke zum Mohren

Kaiserstrasse 104 · 61169 Friedberg
Tel. 06031 / 56 85
info@mohren-apotheke-friedberg.de

12,90€

Erkältung naht? Und es bitzelt schon wieder an der Lippe?

Niendorfs „Herpinator“!

Unterstützt die Heilung von Herpesbläschen.

Niendorfs Herpinator ist eine sorgsam komponierte Rezeptur aus ätherischen Ölen, die traditionell bei Herpes Verwendung finden. Ihr Zusammenspiel unterstützt spürbar die schnellere Abheilung und Linderung tritt bereits nach kurzer Zeit sichtbar ein.

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 *Hof-Apotheke zum Mohren* und *Pixabay*, 2024