

Ausgabe 2/2026

Mohrenpost

Tradition hat Zukunft



Gezwitscherte Neuigkeiten!



**Blick hinter
die Kulissen**

Betäubungsmittel:
Ganz besondere Arznei

**Chefins
Tipp**

Herpes: ein wieder-
kehrendes Thema

**Tier-
Apotheke**

Haut- und
Fellprobleme

**Arznei-
Pflanzen**

Im Portrait:
Melisse



KRÄUTERWANDERUNG IN OCKSTADT

29. März 2026, 11:00 Uhr

Anmeldung telefonisch oder in der Apotheke

Komm vorbei und genieße
einen kleinen Imbiss und
Unkrautlimonade!

15€



Wir freuen uns auf Sie!

Liebe Leserinnen und Leser,

Endlich wieder Frühling! Die Natur erwacht zu neuem Leben, die Tage werden länger und die Vögel zwitschern fröhlich um die Wette. Der Frühling symbolisiert einen Neubeginn des Jahres. Die Sonne scheint nun länger und bewirkt eine Ausschüttung des Glückshormons Serotonin, wir fühlen uns allgemein wohler und werden aktiver, bei einigen Menschen stellen sich sogar die berühmten Frühlingsgefühle oder die Frühjahrsmüdigkeit ein. Lesen Sie dazu in meinem Artikel „Stress lass nach“ wie Sie in ein entspanntes Frühjahr starten können.

Betäubungsmittel (BtM) sind Substanzen mit hohem Suchtpotenzial, die medizinisch (z.B. starke Schmerzmittel) oder illegal genutzt werden. Sie unterliegen strengen Sicherheits-, Lagerungs- und Dokumentationsvorschriften. Was das Besondere an dieser Art von Arzneimitteln ist erfahren Sie in dieser Mohrenpost.

Fast jeder von uns kennt das. Unangenehme schmerzende Bläschen an der Lippe. Ich selber kann schon seit Kindertagen ein Lied davon singen, wie furchtbar es ist einen Herpes zu haben. Aber ich kann Sie beruhigen mit dem Niendorfs Herpinator gibt es eine wahre Wunderwaffe.



Unsere Kräutерhexe Beate Rückl berichtet dieses Mal über die Melisse. Diese Arzneipflanze beruhigt auf sanfte Weise ein angespanntes Nervensystem, indem sie dem Herzen Freude, dem Gemüt Heiterkeit und dem Bauch ein wohliges Gefühl schenkt.

Frühling ist ja auch immer ein bisschen Ahoi-Brause im Herzen! ☺

Lassen Sie uns gemeinsam in das Frühjahr starten.

Viel Spaß beim Lesen!

Ihre

Dr. Kerstin Podszus

Betäubungsmittel: Ganz besondere Arzneimittel



Welche Gefahren bringen Betäubungsmittel mit sich?

Die Modedroge Tilidin ist ein synthetisches Opioid. Wird es missbräuchlich eingesetzt, besteht die Gefahr, dass es körperlich und psychisch abhängig macht. Tilidin ist ein Analgetikum. Mit der Wirksamkeit gegen Schmerzen geht allerdings eine Gefahr einher: Opioide können bei unkontrolliertem Langzeitkonsum abhängig machen, physisch und auch psychisch. Die körperliche Abhängigkeit führt dazu, dass beim Absetzen des Opioids Entzugserscheinungen auftreten können, wie zum Beispiel Krämpfe, Herzrasen, vermehrtes Schwitzen und allgemeines Unwohlsein. Darüber hinaus beeinflussen Opioide die Psyche. Gerade wenn keine zeitverzögert wirkenden (langwirksamen) Präparate eingesetzt werden, wirkt das Opioid euphorisierend und fördert dadurch das Verlangen nach immer mehr. Gleichzeitig erzeugt es ein Gefühl der Gleichgültigkeit.

Die Staatsanwaltschaft Berlin hat Anklage gegen eine 80-jährige Ärztin erhoben, weil sie in 273 Fällen gegen das Betäubungsmittelgesetz verstoßen haben soll. So soll sie in ihrer Praxis in Berlin-Grunewald zwischen Januar 2018 und Dezember 2021 ihren teils suchtmittelabhängigen Patienten Tilidin ohne medizinischen Grund verschrieben haben. Auch sollen die Dosen das therapeutische Maß erheblich überstiegen haben. Der Ärztin wurde im Mai 2023 die Verordnung von Betäubungsmitteln untersagt. Laut Meldung der Presse sollen Kenner der Szene

sogar davon ausgehen, dass das Tilidin auch auf dem Schwarzmarkt verkauft worden sein könnte. Demnach seien Angehörige einer polizeibekannten Großfamilie in den Fokus geraten, als die Ermittlungen starteten, auch deutsch-arabische Clans sollen die Praxis aufgesucht haben. Es wird vermutet, dass in der Praxis ausgestellte Rezepte in Apotheken eingelöst wurden, um anschließend das Tilidin zu verkaufen.

Was sind Betäubungsmittel?

Betäubungsmittel (BtM) sind Substanzen, die das zentrale Nervensystem beeinflussen, stark schmerzlindernd, beruhigend oder euphorisierend wirken können. Wegen ihres hohen Abhängigkeits- und Missbrauchspotenzials unterliegen sie in Deutschland (BtMG) strenger staatlicher Kontrolle und sind nur eingeschränkt im medizinischen Bereich erlaubt.

Wann werden Betäubungsmittel eingesetzt?

Sie werden überwiegend eingesetzt bei

- sehr starken und/oder chronischen Schmerzen,
- fortgeschrittenen Krebserkrankungen,
- HIV/AIDS und
- nach Operationen.

Betäubungsmittel (BtM) sind bestimmte Stoffe und Mischungen, die im Betäubungsmittelgesetz (BtMG) aufgelistet sind. Ein Stoff wird in diese Liste aufgenommen, wenn wissenschaftlich nachgewiesen ist, dass er abhängig macht. Auch wenn ein Stoff missbraucht wird, die Gesundheit gefährdet oder zur Herstellung von BtM verwendet werden kann, kommt er auf die Liste. Manche Stoffe stehen dort wegen internationaler Abkommen, die Deutschland dazu verpflichten, Regelungen zu treffen. Um Missbrauch zu verhindern und den medizinisch sinnvollen Einsatz von BtM zu sichern, enthält das Betäubungsmittelgesetz (BtMG) z.B. Vorschriften zum Schutz vor dem Zugriff unbefugter Personen, zur Nachweisführung des Verbrauchs und zur kontrollierten Vernichtung. Darunter fallen Opiate und Opioide. Medizinischer Cannabis zählt mit Ausnahme von Nabilon (synthetisches Cannabinoid) seit der Teillegalisierung von Cannabis zum 1.4.2024 nicht mehr zu den Betäubungsmitteln. Pflanzlicher nichtmedizinischer Cannabis zählt seitdem ebenfalls nicht mehr zu den Betäubungsmitteln.

Praxistipps

- BtM werden auf einem speziellen Betäubungsmittelrezept verordnet. Es ist gelb und besteht aus 3 Seiten: eine Seite bleibt beim Arzt, 2 Seiten werden in der Apotheke abgegeben, eine Seite davon geht von der Apotheke an die Krankenkasse.
- BtM-Rezepte sind nur maximal 8 Tage inklusive Verschreibungsdatum gültig, müssen also schnell eingelöst werden.
- BtM müssen unbedingt kindersicher aufbewahrt werden.
- BtM-Pflaster (Schmerzpflaster) sollten nach der Tragezeit zusammengeklebt und im verschlossenen Hausmüllbeutel entsorgt werden.
- Früher wurden Reste von angebrochenen BtM-Packungen von der Apotheke zurückgenommen. Heute ist dies nicht mehr so, einige Apotheken tun es aus Kulanzgründen noch. BtM-Tabletten oder -pflaster sollen über den Hausmüll entsorgt werden. Dabei darauf achten, dass kein Kind an den Abfall gelangen kann.

Verkehr mit Betäubungsmitteln

Der Verkehr mit BtM muss vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) genehmigt werden. Einer Erlaubnispflicht unterliegen alle, die BtM anbauen, herstellen, Handel betreiben, einführen, ausführen, abgeben, veräußern, auf andere Weise in den Verkehr bringen, erwerben oder ausgenommene Zubereitungen herstellen wollen.

Von dieser Erlaubnispflicht ausgenommen sind:

- Ärzte, Zahnärzte, Tierärzte
- Öffentliche Apotheken, Krankenhausapotheken
- Krankenhäuser
- Alten- und Pflegeheime, Hospize
- Rettungsdienste
- Tierärztliche Hausapotheken, Tierkliniken

Sicherungsmaßnahmen: Aufbewahrung von Betäubungsmitteln

Am Betäubungsmittelverkehr Beteiligte müssen BtM gesondert aufbewahren und gegen unbefugte Entnahme sichern. In der Apotheke werden BtMs im Tresor aufbewahrt. Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte kann darüber hinaus bestimmte Sicherungsmaßnahmen anordnen, wenn dies nach Art oder Umfang des Betäubungsmittelverkehrs, dem Gefährdungsgrad oder der Menge der Betäubungsmittel erforderlich ist.

Vernichtung von Betäubungsmitteln

Werden BtM vom Patienten nicht mehr benötigt oder stirbt der Patient, dürfen diese nicht an andere Patienten weitergegeben werden. Die Betäubungsmittel sind so zu vernichten, dass kein Missbrauch durch andere Personen stattfinden kann und Mensch und Umwelt sicher nicht geschädigt werden. Bei der Vernichtung der Betäubungsmittel in der Apotheke oder beim Arzt muss dies in Anwesenheit von 2 Zeugen geschehen.

Dunkle Machenschaften im Dicken Turm

von Autorin Jule Heck

Krimi-Fortsetzungsroman
Teil 2 / 6:



Kerstin weiß, dass Georg eine Vorliebe für das Extravagante hat, aber irgendwie übertreibt er es heute. Lucy und Lizzy kommen hinter der Verkaufstheke hervor, stürzen sich auf den Ankömmling, klaffen und knurren abwechselnd. „Was ist denn mit diesen Kötern los?“, regt er sich auf. „Kannst du sie nicht bändigen?“ „Das habe ich jetzt nicht gehört. Bei Lizzy und Lucy handelt es sich um Familienmitglieder. Diesen Ausdruck mag ich gar nicht“, antwortet sie streng. Georg geht ihr auf die Nerven. Sie will den Abend schnell hinter sich bringen. Danach wird sie ihn bitten, sie nicht mehr zu belästigen. Er ist nicht ihr Typ, da kann er noch so vornehm daher kommen. „Lass uns gehen.“ In diesem Moment hört sie, wie in der Haustür der Schlüssel umgedreht wird. Das muss Beate sein, die ihr versprochen hat, ihre beiden Lieblinge nicht so lange allein zu lassen. Beate betritt den Raum. „Hallo Kerstin, hallo Georg. Wolltet ihr nicht schon weg sein?“, fragt sie erstaunt. „Wir wollten gerade aufbrechen, nicht wahr Kerstin?“, antwortet Georg. Kerstin nimmt ihren Mantel. Georg beeilt sich, ihr zu helfen. „Macht’s gut, ihr drei. Bis später.“ „Viel Erfolg“, wünscht Beate ihrer Chefin. Georg ignoriert sie. Sie kann den Mann nicht leiden. Sie findet ihn aalglatt, um nicht zu sagen, schmierig. Kerstin folgt Georg ins Freie. Sein SUV steht auf dem Elvis-Presley-Platz neben der Apotheke, wo normalerweise samstags der Wochenmarkt stattfindet und der nicht als Parkfläche gedacht ist. Aber das stört Georg nicht. Er setzt sich gern über Regeln hinweg. Schließlich ist er ein angesehener Arzt, bekannt in der Wetterau. Niemand wird es wagen, sich gegen ihn zu stellen. Jovial hält er Kerstin die Tür auf und hilft ihr beim Einsteigen, ganz Gentlemen schließt er die Tür hinter ihr und geht um den Wagen herum auf die andere Seite, steigt ein und startet den Motor, fährt rückwärts in die Einbahnstraße, entgegen der Fahrtrichtung und biegt auf die Kaiserstraße ab.

Zügig fährt er, trotz des dichten Nebels, die breite Straße entlang und lenkt den SUV in den Innenhof der Burg, von wo aus sie zum Dicken Turm gelangen. Schon von weitem ist Stimmengewirr zu hören. Georg geht voran und hält Kerstin die schwere Eichentür auf, lässt sie eintreten. Kerstin schlägt ein Geruch von Weihrauch entgegen. Plötzlich verstummen die Stimmen. Alle Augen sind auf sie gerichtet. Kerstin sieht mehrere schwarzgekleidete Männer. In ihrem Aufzug gleichen sie Georg. Komisch, denkt sie, warum sind die alle schwarz angezogen und warum riecht es hier nach Weihrauch? Niemand sagt etwas zur Begrüßung.



Georg schiebt sie vor sich her die Treppe hoch. In dem runden Raum stehen auf mehreren Hochtischen Gläser mit einer Flüssigkeit, vermutlich ist das ihr Kräuterschnaps. „Guten Abend, meine Herren“, lässt sich Georg nun vernehmen. „Guten Abend, Meister“, ertönt ein Chor aus Männerstimmen. „Kommt näher, meine Untertanen“, fordert Georg die Männer auf.

Sie kommen näher und bilden einen Kreis um Kerstin und Georg, ohne den Blick von ihr abzuwenden, berühren sie fast. Kerstin fühlt sich unwohl, sie würde am liebsten wieder gehen. Wieso begrüßen die Anwesenden Georg als ihren Meister und wieso nennt er sie seine Untertanen? Irgendwie erinnern sie die Schwarzgekleideten an Mitglieder einer Sekte. Sie kann nicht glauben, dass diese Männer, angeblich alles Ärzte, etwas mit den Schlaraffen zu tun haben. Sie lässt ihren Blick schweifen, kennt keinen der Anwesenden. Sie weiß zwar, dass Georg ein Mitglied in diesem Verein ist, aber hier handelt es sich mit Sicherheit nicht um eine weitere Gruppierung der Schlaraffen. Sie kann sich auch nicht vorstellen, dass es sich bei den Anwesenden um Ärzte handelt. Normalerweise kennt sie alle namhaften Ärzte in der Umgebung. Was führen die Männer im Schilde? Sicherlich nichts Gutes, schwant ihr.

„Lasst uns auf den heutigen Abend anstoßen?“ Georg nimmt ein Glas und reicht es Kerstin. „In diesen Gläsern befindet sich der wohlschmeckende Kräuterschnaps, den Frau Podszus herstellt und der wahre Wunder bewirkt. Sie wird uns sogleich darüber berichten.“ Die Umstehenden greifen zu einem Glas, heben es leicht an und prostern ihr zu. Dabei beobachten sie die Apothekerin über den Glasrand. Kerstin nippt nur an ihrem Getränk. Sie will bei klärem Verstand sein, wenn sie ihren Vortrag hält. Auch wenn es sich bei dem von ihr hergestellten Kräuterschnaps nicht um ein hochprozentiges Getränk handelt, will sie bei klarem Verstand bleiben, schließlich bedeutet der Vortrag Arbeit. Später will sie gern mehr davon trinken.

„Nimm doch einen tiefen Schluck, meine Liebe“, fordert sie Georg nun auf. Warum redet er nur so geschwollen daher, fragt sich Kerstin. Sie wird nicht schlau aus der ganzen Situation. „Ich trinke nach meinem Vortrag etwas“, antwortet sie spontan. „Das geht aber nicht, meine Liebe. Die Gäste müssen ja denken, dass du deiner eigenen Kreation nicht traust, dass du sie womöglich vergiften willst. Also trink das Glas ruhig leer“, sagt Georg nun in einem ungewöhnlich scharfen Ton. Es klingt fast wie ein Befehl.

Die Männer starren sie an, warten darauf, dass sie das Glas austrinkt. Kerstin setzt das Glas an ihre Lippen und leert es in einem Zug. Normalerweise lässt sie sich nichts befehlen, aber sie will einfach alles nur schnell hinter sich bringen und endlich diesen verdammten Vortrag halten und dann schnellstmöglich in die Apotheke zurückkehren. Hätte sie sich doch nur nicht auf diese Sache eingelassen. Ihr Gefühl hat sie nicht getäuscht. Hier ist etwas oberfaul.

Hinter ihr öffnet sich knarrend die schwere Eichentür. Kalte Luft erfüllt den Raum. Trommeln erklingen. Mehrere Männer in schwarzen Gewändern und Spitzhüten betreten den Raum. Ihre Gesichter sind verdeckt, runde Löcher lassen erkennen, wo die Augen sind. Kerstin erschrickt, als sie die merkwürdigen Figuren entdeckt. Sie erinnern sie an die Mitglieder des Klu- Klux-Klan in Amerika, nur das die damals weiß gekleidet waren.

Die Szene lässt ihr einen Schauer über den Rücken laufen. Angst bemächtigt sich ihrer. Die Gruppe bewegt sich auf den Vorhang zu, der die Bühne verdeckt. Kerstin kennt die Räumlichkeiten. Einer der Männer zieht den Vorhang zur Seite, so dass die Bühne zu sehen ist. Auf der Bühne steht ein Altar der weiß gedeckt ist. Das Licht erlischt, stattdessen beleuchten nun Fackeln den Raum.

Fortsetzung folgt!



Herpes – für viele ein wiederkehrendes Thema

Fast jeder von uns kennt das. Unangenehme schmerzende Bläschen an der Lippe. Ich selber kann schon seit Kinderzeit ein Lied davon singen, wie furchtbar es ist einen Herpes zu haben. Oft waren bei mir früher nicht nur teilweise die ganzen Lippen, sondern auch die Nase oder Teile des Gesichtes betroffen. Alle möglichen Cremes brachten nicht wirklich Besserung. Vor über zehn Jahren entdeckte ich dann durch Zufall durch meine Apothekentätigkeit eine wahre Wunderwaffe gegen den fiesen Herpesvirus. Davon berichte ich Ihnen später.

Was ist Herpes?

Herpes simplex heißt dieses Virus (aus dem griechischen herpein – kriechen), das sich so erfolgreich bei den meisten Menschen ab dem fünften Lebensjahr einnistet. Meist wird es durch eine Schmierinfektion, etwa nach Kontakt mit infizierten Hautstellen, übertragen. Je nach dem Ort ihres Auftretens wird die Erkrankung dann benannt – beispielsweise Herpes labialis, der Lippenherpes. Tritt die Läsion im Genitalbereich auf, sprechen Ärzte von Herpes genitalis.

Die Erreger sind zwei verschiedene und doch sehr ähnliche Virusspezies: Das Herpes simplex Virus 1 (HSV-1), das überwiegend für die sogenannten Fieberbläschen im Mund- und Gesichtsbereich verantwortlich ist, und das Herpes simplex Virus 2 (HSV-2), das eher im Bereich der Genitalien vorkommt. Etwa 70 % der Bevölkerung tragen HSV-1 und 20 % HSV-2 in sich. Wiederholte Herpesausbrüche treten aber nur bei einem Teil der Infizierten auf.

Welche Symptome treten auf?

Geschwollene Lymphknoten, lokale Schmerzen, besonders beim Berühren der infizierten Hautstelle oder Fieber sind typische Beschwerden. Bei der Lokalisation im Genitalbereich können zusätzlich zu Bläschen und Krusten Schmerzen beim Wasserlassen auftreten. Gefährlich sind jedoch nur die selten vorkommende Infektion eines Neugeborenen unter der Geburt und die ebenfalls sehr seltene Infektion der Hornhaut der Augen.

Was macht das Herpes Virus in unserem Körper?

Das Herpes simplex Virus ist innerhalb der großen Familie der Viren ein besonders komplex aufgebauter Vertreter, der eine ganz besondere Eigenschaft mit sich bringt: die sogenannte Persistenz. Das heißt, das Virus verbleibt nach der meist symptomlosen Erstinfektion lebenslang im Körper des Wirtes. Es setzt sich in den sensorischen Ganglien der Nervenzellen fest und kann von dort aus immer wieder eine Infektion auslösen, wenn der Wirt bestimmten Triggerfaktoren ausgesetzt ist. Häufig tritt ein Rezidiv z. B. auf, wenn das Immunsystem bei einer fieberhaften Infektionskrankheit mit anderen Krankheitserregern „abgelenkt“ ist. Auch nach einem ausgiebigen Sonnenbad, in Stresssituationen, nach Magen-Darminfektionen, nach starkem Ekelgefühl oder nach körperlicher Verausgabung können die Bläschen auftreten. Dabei ist es individuell meist derselbe Auslöser, der immer wieder ein Rezidiv hervorruft. Die genauen Mechanismen dieser Reaktivierung sind noch nicht bekannt. Eines ist jedoch sicher: Das Virus lässt sich nicht mehr aus unserem Körper vertreiben, wenn es sich einmal eingenistet hat. Einmal Herpes, immer Herpes!

Was kann man nun tun, wenn es wieder einmal juckt und kribbelt und sich die ersten Bläschen zeigen?

Im Grunde bleibt nichts anderes übrig, als die Symptome zu behandeln, damit die Abheilungsphase so schnell wie möglich eingeleitet wird und die Krustenbildung möglichst unterbleibt. Mittels virushemmender lokal aufzutragender Präparate mit den Wirkstoffen Aciclovir oder Penciclovir lässt sich die reine Erkrankungszeit um etwa einen Tag verkürzen. Zudem sind die Schmerzen, die durch die Läsionen verursacht werden, nicht mehr so ausgeprägt. Wichtig ist, das Medikament so früh wie möglich beim ersten Auftreten der typischen Zeichen anzuwenden. Ebenfalls auf dem Markt ist ein Kombinationspräparat mit Aciclovir und Hydrocortison. In einer Studie mit dem Kombipräparat bildeten sich bei weniger Menschen Bläschen und Krusten als unter der Aciclovir-Monotherapie. Um die Infektionsgefahr noch weiter zu verringern und der Bildung harter Krusten entgegenzuwirken, kann auch ein Herpes-Patch verwendet werden. Das kleine durchsichtige Pflaster deckt die Läsion vollständig ab und sorgt mittels der enthaltenen Hydrokolloide dafür, dass ein wundheilungsförderndes Milieu entsteht. Es kann sogar überschminkt werden, so dass die charakteristischen Herde im besten Fall gar nicht mehr sichtbar sind. Zudem werden Schmerzen und Juckreiz durch die Pflaster gelindert.

Auch die Phytotherapie hält Mittel gegen Herpes bereit. Hier wird in erster Linie äußerlich auf die Melisse (*Melissa officinalis*) und innerlich auf den Roten Sonnenhut (*Echinacea purpurea*) gesetzt. Im Melissenextrakt befinden sich glykosidisch gebundene Phenolcarbonsäuren, die die Bläschenphase verkürzen. Cremes mit Melissenextrakt sollten schon nach dem Auftreten eines Triggers benutzt werden, damit sich die Bläschen gar nicht erst bilden. Auch die Einnahme von Zinkpräparaten können das Immunsystem stärken. Zinksalbe bei Lippenherpes wirkt austrocknend und virustatisch. Auch Kautabletten mit L-Lysin und einer auf die Stärkung des Immunsystems abgestimmten Kombination mit verschiedenen Vitaminen sind auf dem Markt und können mit lokal wirkenden Salben oder Cremes kombiniert werden.

Klar: Hygiene muss während der Therapie großgeschrieben werden. So kommen die lokalen Zubereitungen am besten per Wattestäbchen auf die lädierten und angrenzenden Hautpartien. Ansonsten gilt:

- Herpesbläschen nicht öffnen und möglichst nicht berühren.
- Wundschorf nicht entfernen.
- Auslösende Faktoren wenn möglich meiden.
- Auf ausreichend Lichtschutzfaktor achten.
- Auf ausreichend Handhygiene achten. Da HSV-1 und HSV-2 behüllte Viren sind, reicht Händewaschen mit Seife zur Inaktivierung aus. Für unterwegs sind geeignete Händedesinfektionsmittel praktisch.
- Kein Essbesteck, Gläser oder Ähnliches mit anderen Personen teilen und Handtücher bei mindestens 60°C waschen.
- Fingernägel kauen unterlassen.
- Nicht ins Auge fassen, vorsichtshalber von Kontaktlinsen auf Brille wechseln.
- Aufs Küssen verzichten.

Dr. Podszus Geheimtipp: Niendorfs Herpinator

Diese rein pflanzliche Rezeptur enthält hochwertige ätherische Öle wie Melissen-, Ravintsara und Teebaumöl, die für ihre entzündungshemmenden und antiviralen Eigenschaften bekannt sind. Schon beim ersten Kribbeln angewandt, kann der Herpinator oft Schlimmeres wie Schwellungen und Verkrustungen abwehren. Aloe Vera und Ringelblumenöl unterstützen die Selbstheilungskräfte der Haut und lassen so vorhandene Bläschen schnell verschwinden. Der Herpinator ist für Erwachsene und Kinder ab 3 Jahren geeignet, 100% natürlich und vegan. Meine persönliche Erfahrung hat gezeigt, dass der Herpinator in jedem Stadium der Infektion angewendet werden kann. In den ersten zwei Tagen jede Stunde auftragen und die Schmerzen gehen deutlich zurück und die Abheilung tritt sehr viel schneller ein.



Wir sind absolut überzeugt vom Herpinator. Probier es aus!

12,90€

10 ml

Haut- und Fellprobleme

Die Gesundheit von Haut und Fell eines Tieres sind maßgeblich für sein gesamtes Erscheinungsbild. Für die Hautgesundheit von Hunden und Katzen haben vor allem drei Faktoren direkten oder indirekten Einfluss: artgerechte Haltung, artgerechte hochwertige Ernährung und guter allgemeiner Gesundheitszustand. Hauterkrankungen wie trockene, schuppige Haut oder Juckreiz bei Katze oder beim Hund sind daher oft nur Symptome und haben ihre Ursache in einer der drei oben genannten Kategorien, wie z.B. Parasiten, Allergien, Infektionen, Futtermittel-Unverträglichkeiten, Organerkrankungen, genetische Veranlagung, hormonelle und psychische Faktoren, Unverträglichkeiten gegenüber bestimmten Substanzen in der Umgebung etc.

Die Hautveränderungen können vielfältig sein und reichen von leichten Rötungen, über Juckreiz, Schuppen, Haarausfall bis zu offenen Wunden. Oft weist bereits das Verhalten (Unruhe, häufiges Kratzen, intensives Belecken) auf ein Hautproblem hin.

Leidet Ihr Hund oder Ihre Katze gelegentlich unter Juckreiz, kratzt sich oft und beleckt oder beknaubt

die Haut? Dahinter könnte ein aus dem Gleichgewicht geratenes Mikrobiom stecken! Genau wie auch beim Menschen leben auf der Hautoberfläche unserer Haustiere zahlreiche Mikroorganismen, die entscheidend für die Hautgesundheit von Hund und Katze sind. Gerät dieses empfindliche Gleichgewicht durcheinander, können leicht Hautkrankheiten wie Infektionen oder Ekzeme entstehen.

Was ist eigentlich das sogenannte Hautmikrobiom?

Die Haut der meisten Lebewesen beherbergt Milliarden mikroskopisch kleiner Organismen – Bakterien, Pilze, Hefen und vieles mehr. Dies gilt für Menschen, Katzen, Hunde und die meisten Wirbeltiere. Diese mikroskopisch kleinen Organismen werden als Hautmikrobiota bezeichnet.

Zusammen mit ihrem genetischen Material und ihrer Umgebung bilden sie das sogenannte Hautmikrobiom. Diese Gemeinschaft von Mikroben – oder Mikrobiom – arbeitet harmonisch mit der Haut und dem Immunsystem unseres Haustieres zusammen und bildet eine natürliche Abwehrschicht. Genauso wie unser Darmmikrobiom die Verdauung beeinflusst, beeinflusst das Hautmikrobiom unserer Haustiere ihre allgemeine Hautgesundheit. Gerät das Mikrobiom aus dem Gleichgewicht, leidet auch die Hautgesundheit darunter.



Warum ist ein ausgewogenes Mikrobiom so wichtig?

Zunächst einmal schützt die unsichtbare Schicht aus Mikroorganismen die Haut vor schädlichen Bakterien, Hefepilzen und anderen potenziellen Eindringlingen. Außerdem unterstützt diese die Hautbarriere, die der Haut hilft, Feuchtigkeit zu speichern und hydriert zu bleiben. Außerdem kommuniziert das Hautmikrobiom auch mit dem Immunsystem Ihres Tieres und hilft, Entzündungen zu regulieren. Ein ausgewogenes Mikrobiom sorgt also dafür, dass die Haut Ihrer Katze oder Ihres Hundes gesund und widerstandsfähig gegen Umwelteinflüsse bleibt. Ist dieses Gleichgewicht jedoch gestört, wird die Schutzbarriere geschwächt und es treten Anzeichen von Unwohlsein wie Trockenheit oder Hautreizungen auf.

Was passiert, wenn das Hautmikrobiom eines Hundes oder einer Katze aus dem Gleichgewicht gerät?

Störungen des Hautmikrobioms können zu einer sogenannten Dysbiose führen. Dabei werden die nützlichen Bakterien, die die Haut Ihres Haustieres schützen, reduziert, während sich an ihrer Stelle schädliche Bakterien vermehren. Dieses Ungleichgewicht kann die Hautbarriere schwächen und sie anfällig für Entzündungen und Reizungen machen. In diesem Fall treten oftmals die folgenden Symptome auf:

- Rötungen und Hautausschläge
- Beulen, Knoten oder verdickte Haut
- Schuppige oder trockene Stellen
- Anhaltender Juckreiz, Kratzen oder Lecken
- Übelriechende oder fettige Hautstellen
- Chronische Hauterkrankungen oder Infektionen

Gefahren für das Hautmikrobiom unserer Haustiere

Zu den potenziellen Gefahren gehören:

- Allergien und chronische Hauterkrankungen – diese können die Mikrobiota verändern und die Hautfunktion beeinträchtigen.
- Andere Gesundheitsprobleme – hormonelle Ungleichgewichte oder innere Erkrankungen können sich, ähnlich wie beim Menschen, auf die Hautgesundheit auswirken.
- Aggressive oder ungeeignete Produkte – Shampoos für Menschen und

Hautpflegeprodukte, die nicht für Haustiere geeignet sind, haben oft einen falschen pH-Wert und können die natürliche Fettschicht und die Mikrobiota zerstören.

- Umweltstressoren – Umweltverschmutzung, Allergene, Feuchtigkeit oder übermäßiges Baden können schädliche Auswirkungen haben.

So können Sie das Hautmikrobiom Ihres Haustieres unterstützen

Auch wenn es kompliziert klingt – Sie benötigen zu Hause weder ein Mikroskop noch wissenschaftliche Kenntnisse, um die Haut Ihres Tieres gesund zu erhalten, sondern lediglich eine angepasste Pflegeroutine und die richtigen Hilfsmittel.

- Wählen Sie mikrobiomfreundliche Produkte – Produkte, die speziell für Haustiere entwickelt wurden und sanfte, pH-neutrale Formeln enthalten.
- Vermeiden Sie Shampoos für Menschen – Produkte für Menschen sind für einen anderen Haut-pH-Wert konzipiert.
- Halten Sie eine Pflegeroutine ein – regelmäßige Pflege mit geeigneten Produkten kann das Hautökosystem gesund halten.
- Schaffen Sie ein hautfreundliches Zuhause – Reduzieren Sie Reizstoffe wie aggressive Reinigungsmittel und setzen Sie evtl. Luftbefeuchter ein, insbesondere in trockenen Jahreszeiten.
- Beobachten Sie die Haut Ihres Haustieres – frühe Anzeichen eines Ungleichgewichts, wie Trockenheit oder übermäßiges Kratzen, können oft unkompliziert mit den richtigen Pflegeprodukten behandelt werden.



Tropfen zum Eingeben bei Hautproblemen

16,70€

25 ml



Spray mit Propolis bei Irritationen, Rötungen und Juckreiz

18,40€

250 ml



Hafermilch-Shampoo bei sensibler Haut

11,40€

250 ml



Die heilige Hildegard von Bingen beschrieb in ihrem Werk Physica die Melisse als ein Kraut, das die Wirkung von 15 Kräutern in sich vereine. Sie empfahl es zur Stärkung von Herz und Milz, um Heiterkeit und Lebensfreude zu fördern.

Melisse wirkt beruhigend, wenn nervliche Anspannung Herz, Bauch und Stimmung aus dem Gleichgewicht bringt. Sie entspannt ein gestresstes Herz, das einen nicht schlafen lässt, entkrampft den Magen und kann so Appetitlosigkeit entgegenwirken. Das Heilkraut lindert Blähungen, stärkt eine schwache Verdauung, kann einen leicht erhöhten Blutdruck sanft regulieren und melancholische Verstimmungen mildern. Äußerlich angewendet kann eine Creme mit Melissenextrakt die Ausbreitung von Herpesbläschen hemmen. Sie sollte bereits bei den ersten Anzeichen aufgetragen werden.

Von alten Kräuterkundigen ist zudem folgende Aussage überliefert: „Nimm Melisse, wenn dein Herz betrübt, deine Lebenskraft geschwächt, dein Bauch verknotet oder deine Augen müde sind.“ Die Nonne Maria Clementine Martin verewigte die sagenhafte Wirkung der Melisse, indem sie 1775 den berühmten Klosterfrau Melissengeist entwickelte.

Am besten wirkt Melisse frisch zubereitet. Den Tee kann man zwei- bis dreimal täglich, vorzugsweise nach dem Essen, genießen. In unserer Apotheke führen wir unter anderem Niendorfs Herpinator, H&S Melissentee sowie Naturafit Schlafgut – wir beraten Sie gerne individuell zur passenden Auswahl.

Ihre Kräuterhexe
Beate Rückl

Die Melisse

Melissa officinalis

Von Paracelsus persönlich empfohlen

Die Arzneipflanze Melisse beruhigt auf sanfte Weise ein angespanntes Nervensystem, indem sie dem Herzen Freude, dem Gemüt Heiterkeit und dem Bauch ein wohliges Gefühl schenkt.

Die Melisse ist ein buschiger Halbstrauch, der bis zu 90 cm hoch wird. Im Mittelmeerraum wächst sie wild, bei uns gedeiht sie vor allem in Gärten und Kulturen. Vor der Blüte verströmen ihre herzförmigen Blätter einen angenehmen, zitronenartigen Duft; nach der Blüte wird ihr Geschmack zunehmend herb und leicht bitter. Gesammelt werden die Blätter vor dem Aufblühen. Eine mehrfache Ernte im Jahr ist möglich. Auch bei Bienen ist die Melisse aufgrund ihres Duftes als Nahrungsquelle sehr beliebt. Der Name leitet sich vom griechischen „melissa“ (Biene) und „meli“ (Honig) ab.



Apothekerin Beate Rückl bietet in regelmäßigen Abständen Kräuterwanderungen und Workshops aus dem Bereich der Naturheilkunde an, die sich sehr großer Beliebtheit erfreuen.

Die Termine 2026 erfahren Sie in Ihrer Hof-Apotheke zum Mohren sowie in der folgenden Mohnenpost.



Melisse hilft auch bei Schlafproblemen

14,70€

20 Kps.



Öl bei Herpes zum Auftragen

12,90€

10 ml

Dr. Podszus Kosmetiktipp:



*„Körperpflegen, die
unsere Haut schützen
und beruhigen.“*

Hyaluron- Feuchtigkeits- Spendende Creme *-leicht & reichhaltig-* von Unifarco®



26,00€

leicht, 50ml



26,00€

reichhaltig, 50ml

*Gesichtscreme mit
verstärktem Hyaluron-
Komplex laluDeep® für
eine tägliche
feuchtigkeitsspendende
Anti-Aging Wirkung. Die
leichte Formel ist ideal
für die normale Haut und
Mischhaut bei ersten
Fältchen. Die reichhaltige
Variante für die
trockene Haut.*

*Die Creme hat eine
wunderbar seidige und
frische Textur. Sie spendet
Feuchtigkeit und festigt
die Haut.*

Angebot im März und April 2026!

Thema: Energie



15,90€

30 Stk.

29,90€

60 Stk.

Nahrungsergänzung für stressgeplagte Menschen jeden Alters, die täglich viel Energie benötigen.

In folgenden Situationen empfehlen wir Dir, dieses Produkt zu supplementieren:

- Wenn Du unter Prüfungsstress stehst.
- Wenn Du „der Manager-Typ“ bist und viele ToDo's im Beruf bewältigen musst.
- Wenn Du ein Elternteil bist, das täglich Arbeit und Familie unter einen Hut bringen muss.
- Wenn Du im voran schreitenden Alter einen Leistungsabfall verspürst.
- Wenn Du unter psychischem Druck stehst und diesen nicht optimal meistern kannst.

Augengesundheit – Empfehlungen aus Ihrer Hof-Apotheke zum Mohren

Gesunde Augen tragen maßgeblich zu unserem Wohlbefinden bei. Doch im Alltag werden sie häufig durch Bildschirmarbeit, trockene Luft oder UV-Strahlung belastet. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter empfehlen im Folgenden verschiedene Produkte, die Ihre Augengesundheit gezielt unterstützen können – von befeuchtenden Augentropfen über Lidpflege bis hin zu Nahrungsergänzungsmitteln. Gerne beraten wir Sie persönlich, welche Lösung am besten zu Ihren Bedürfnissen passt.



Fr. Dr. Podszus

Meine besondere Empfehlung bei gereizten und entzündeten Augen sind die Eye Drops. Sie können unangenehme Empfindungen wie Brennen, Juckreiz und Müdigkeit schnell lindern. Die Tropfen sind in einer praktischen Einzelpipette mit Verschluss. Anwendbar sind sie schon bei Kindern ab dem ersten Lebensstag und auch bei unseren vierbeinigen Lieblingen.

Der moderne Alltag setzt die Augen zunehmend unter Stress. Smartphone, Tablet, PC, Fernseher – der dauerhafte Blick auf den Bildschirm sorgt dafür, dass wir weniger blinzeln. Dadurch werden die Augen seltener benetzt und der Tränenfilm verdunstet schneller. Befeuchtende Augentropfen können hier Abhilfe schaffen. Die Hylo Produkte enthalten Hyaluronsäure, die für eine langanhaltende Befeuchtung der Augen sorgt. Je nach Beschwerden gibt es die Hylo Augentropfen mit verschiedenen Wirkstoff Kombinationen.



Fr. Walz



Fr. Wagner

Ich empfehle Sehfit von Naturafit zur gezielten Ergänzung der täglichen Ernährung für die Augengesundheit. Dies ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit Vitamin A, Vitamin B2 (Riboflavin) und Zink. Diese Inhaltsstoffe tragen zur Erhaltung der normalen Sehkraft bei und unterstützen eine normale Funktion des Immunsystems.



Fr. El Ariane

Ich kann HYLO FRESH Augentropfen besonders für Menschen empfehlen, die viel am PC sitzen. Durch die lange Bildschirmarbeit werden die Augen oft trocken, gereizt oder müde – genau hier helfen die Tropfen sehr gut. Sie befeuchten die Augen spürbar, sorgen schnell für ein angenehmes Gefühl und lassen sich im Alltag unkompliziert anwenden. Für mich eine praktische Unterstützung im Büro und im Homeoffice, wenn die Augen zwischendurch Entlastung brauchen.

Tun Sie Ihren Augen etwas zweifach Gutes mit Thealoz Duo. Die enthaltene Hyaluronsäure führt zu einem spürbar angenehmen Feuchtheitsfilm auf der Augenoberfläche und regeneriert vorhandene Schädigungen, während Trehalose die Zellmembran stabilisiert und so vor Trockenheit schützt. Auch für Kontaktlinsenträger geeignet.



Fr. Scharmann

Ich empfehle die wärmende Augenmaske von Posiforlid. Die Maske erwärmt sich für 10 min auf 45 Grad und lindert die Beschwerden bei Lidrandentzündung, Gerstenkörnern und auch bei gereizten Augen. Eine zusätzliche Empfehlung zu Augentropfen. Die Maske ist bis zu 90x wiederverwendbar.



Fr. Rückl

Die Augengesundheit lässt sich durch eine nährstoffreiche Ernährung, wie beispielsweise Fisch und viel Gemüse, UV-Schutz, Rauchstopp und regelmäßige Termine beim Augenarzt fördern. Wichtig sind zudem ausreichende Bewegung, wenig Bildschirmzeit, bewusste Pausen und ausreichende Flüssigkeitszufuhr, um Trockenheit und Schäden vorzubeugen.



Fr. Löw

Stress lass nach: Beklemmung und Stress werden im Frühjahr mehr

Endlich ist der Frühling wieder da, die Tage werden länger und die Sonne wärmt uns. Leider verursacht der Frühling auch unangenehme Beschwerden wie Beklemmung und Stress, Müdigkeit, Irritierbarkeit und Kopfschmerzen. Das sind einige der Symptome der Frühjahrsmüdigkeit, saisonale Beschwerden, welche die Stimmung und den Organismus beeinträchtigen und chronische Beschwerden verschlimmern. Die Frühjahrsmüdigkeit ist ein weitverbreitetes Phänomen, das jedoch bestimmte Personengruppen besonders betrifft. Die wichtigsten Faktoren dabei stellen jedoch eine komplexere Frage dar: Versuchen wir also, zu verstehen, weshalb der Frühling diese Beschwerden auslöst und wie man Stress und Beklemmung beseitigen kann.

Warum Beklemmung und Stress im Frühling schlimmer werden

Mit der Jahreszeit des Frühlings treten verschiedene Beschwerden psychischer oder physiologischer Art erneut auf oder werden stärker, aus einer Reihe von Gründen. Aus physiologischer Sicht ist es so, dass zur Befriedigung des höheren Energiebedarfs angesichts der länger werdenden Tage der Organismus eine Steigerung vornimmt bei der Produktion von Cortisol, auch Stresshormon genannt. Deshalb kommt es dazu, dass Personen, die besonders sensibel auf klimatische Veränderungen reagieren, zu viel Cortisol produzieren und sich durch dessen aufputschende Wirkung dann angespannt und müde fühlen. Stress im Frühjahr, oft begleitet von Müdigkeit, Gereiztheit und innerer Unruhe, entsteht durch die hormonelle Umstellung von Winter- auf Sommerzeit, Wetterwechsel und erhöhte körperliche Anforderungen. Der Körper produziert mehr Cortisol, während der Serotonin-

spiegel steigt und Melatonin sinkt, was den Organismus stark fordert. Deshalb ist es in dieser Jahreszeit wichtig, Signale des Unwohlseins nicht zu übersehen. Die Frühjahrsmüdigkeit kann durch eine Reihe von umsichtigen Verhaltensmaßnahmen bekämpft werden, wodurch man entspannter lebt.

Natürliche Heilmittel für ein entspanntes Frühjahr

Wer die Frühjahrsmüdigkeit und den durch die Uhrumstellung bedingten „Mini-Jetlag“ schnell überwinden will, sollte sich am besten eine Lichttherapie verordnen. Licht kann wirken wie ein Medikament. Die Produktion des im Winter reichlich gebildeten Schlafhormons Melatonin muss derzeit erst wieder an Frühjahrsbedingungen angepasst werden. Melatonin regelt maßgeblich unseren Tag-Nacht-Rhythmus. Etwa gegen 21 Uhr wird die Produktion dieses Hormons richtig angekurbelt und fällt dann morgens nach drei Uhr wieder langsam ab. Je weniger Licht wir abends und in der Nacht abbekommen, desto höher ist die Konzentration des Hormons. Licht stoppt die Melatonin-Produktion. Besonders am Vormittag sollte man viel Licht tanken. Frühstücks- und Mittagspause verlegt man nach Möglichkeit ins Freie.

Ashwagandha hat sich in den letzten Jahren zu einer der beliebtesten Heilpflanzen entwickelt. Diese kraftvolle Wurzel sorgt für mehr innere Ruhe, erholsamen Schlaf und bessere Stressresistenz. Ashwagandha, auch bekannt als Schlafbeere, indischer Ginseng oder Winterkirsche, ist eine Pflanze, die seit Tausenden von Jahren in der traditionellen ayurvedischen Medizin verwendet wird. Ursprünglich stammt sie aus Indien, Pakistan und Teilen des Nahen Ostens, wo sie als adaptogenes Mittel eingesetzt wird, das den Körper dabei unterstützt, Stress zu bewältigen und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. Ashwagandha wird traditionell als Stärkungsmittel genutzt, das die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit fördert, den Schlaf verbessert und das Immunsystem stärkt.

1. **Stresskiller:** Ashwagandha ist bekannt dafür, den Körper bei der Reduktion von Stress zu unterstützen und das Stresshormon Cortisol zu senken.
2. **Natürliche Beruhigung:** Es fördert eine tiefe innere Ruhe und hilft, Ängste abzubauen – perfekt für stressige Tage.
3. **Schlafwunder:** Viele Menschen nutzen Ashwagandha, um besser ein- und durchzuschlafen, besonders bei Schlafstörungen.
4. **Energieboost:** Es steigert nicht nur die körperliche Energie, sondern verbessert auch die geistige Klarheit und Konzentration.
5. **Hormonbalance:** Ashwagandha kann den Hormonhaushalt regulieren und die Libido sowie die Fruchtbarkeit unterstützen.
6. **Immunstark:** Es stärkt das Immunsystem und hilft dem Körper, sich gegen alltägliche Belastungen besser zu wappnen.

Rhodiola rosea, auch bekannt als Rosenwurz, hat sich in den letzten Jahren als natürliches Mittel zur Förderung der psychischen und physischen Gesundheit einen Namen gemacht.

Dieses bemerkenswerte Adaptogen ist nicht nur ein uraltes Heilmittel aus der Volksmedizin, sondern hat auch in der modernen Forschung Aufmerksamkeit erregt. Rhodiola rosea ist eine robuste Pflanze, die in kalten und gebirgigen Regionen Europas, Asiens und Nordamerikas gedeiht. Sie gehört zur Familie der Dickblattgewächse und wird seit Jahrhunderten in der traditionellen Medizin verwendet. Bereits die Wikinger schätzten die Wurzel dieser Pflanze für ihre kräftigende und ausgleichende Wirkung. Die Besonderheit von Rosenwurz liegt in seinen adaptogenen Eigenschaften.

Dr. Podszus Geheimtipp: Power&Relax Kapseln

Diese Kapseln vereinen Energie und Entspannung – im Einklang für ein bestes Selbst! Mit Power & Relax hat man die perfekte Unterstützung für die aktiven und erholsamen Phasen. Die hochwertigen Inhaltsstoffe dieses Nahrungsergänzungsmittels helfen uns, in herausfordernden Zeiten neue Energie zu tanken und fördern gleichzeitig die Entspannung.



*Hol Dir die Energie,
die Du brauchst!*

DR. PODSZUS GEHEIMTIPP

Niendorfs Herpinator

Unterstützt die Abheilung von Herpes



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. Seit 10 Jahren meine Geheimwaffe gegen Herpes in jedem Stadium.

SPRECHEN SIE UNS AN!
Wir beraten Sie gerne.

12,90€



**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

Impressum

Inhaber: Dr. Kerstin Podszus e.K.

Berufsbezeichnung: Apothekerin

Approbation erworben in: Deutschland

Aufsichtsbehörde: Regierungspräsidium Darmstadt
Luisenplatz 2
64283 Darmstadt
Tel.: 06151 12 0

Handelsregister: HRA 5

USt-IdNr.: DE 213069731

Zuständige Apothekerkammer: Landesapothekerkammer Hessen
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Kuhwaldstr. 46
60486 Frankfurt am Main

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