

## Venenmesswoche vom 6. bis 10. Juli 2020

Mehr im Innenteil auf Seite 2

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

das Team der Apotheke im Gäubodenpark stand und steht in herausfordernden Zeiten an Ihrer Seite! Wir bedanken uns recht herzlich bei Ihnen für Ihr vorbildliches Verhalten in der Apotheke – durch notwendige Schutzmaßnahmen



wurde eine Art Rundweg durch die Apotheke mit nur noch einem Eingang und einem Ausgang eingeführt, um den Mindestabstand von 1,5 m zu gewährleisten! Ebenso stehen seit Beginn der Corona-Pandemie Plexiglasscheiben vor Ihnen, was so manches Beratungsgespräch „für beide Seiten“ erschwert. Wir hoffen daher bestimmt genau wie Sie, dass wir diese Krise möglichst bald über-

winden und wir alle daraus vielleicht auch etwas Positives mitnehmen können wie gegenseitige Rücksichtnahme, respektvollen Umgang und Hilfsbereitschaft untereinander.

Neue Aktionen und Veranstaltungen sind bereits wieder in Planung. Wir starten im Juli mit unserer alljährlichen Venenmesswoche - selbstverständlich unter Einhaltung aller notwendigen Hygienevorschriften!  
Wir freuen und schon sehr darauf!

Bleiben Sie gesund!  
Peter Distler und das Team der Apotheke im Gäubodenpark

© julenochek - stock.adobe.com

# Venenmesswoche vom 6. bis 10. Juli 2020!



Daniela Schuerbeck  
PTA

## Aktion Venengesundheit!

Viele Menschen leiden unter Venenproblemen, Krampfadern oder schweren Beinen. Um diese Probleme in den Griff zu bekommen, gibt es verschiedene Möglichkeiten.

Salben oder innerlich anzuwendende Medikamente bringen oft Linderung. Auch die Möglichkeit der Kompressionstherapie ist sehr sinnvoll bei Venenleiden und bringt sehr schnell eine spürbare Erleichterung.

Doch bevor man zu Medikamenten oder zu Kompressionsstrümpfen greift, sollte man den Zustand seiner Venen prüfen lassen um sich für die individuell wirksamste Therapie zu entscheiden.

Dabei sind Kompressionsstrümpfe eine bewährte und effektive Behandlungsoption. Der medizinische Fachhandel bietet Kompressionsstrümpfe in vier verschiedenen Druckklassen (Kompressionsklassen) an. Je nach Ausprägung der Erkrankung und wie weit diese fortgeschritten ist, kommen unterschiedliche Modelle und Materialien zum Einsatz. Die Zeiten, in denen Kompressionsstrümpfe „Gummistrümpfe“ genannt wurden, weil sie hässlich und unbequem waren, sind vorbei: Durch feinste Transparenz und eine enorme Vielfalt an Trendfarben sehen moderne und modische Kompressionsstrümpfe aus wie Nylons.

Daniela Schuerbeck bietet Ihnen im Juli die Möglichkeit die Funktion Ihrer Venen im Rahmen unserer Venenmesswoche zu überprüfen! Vom 06. bis zum 10. Juli 2020 können Sie bei uns in Ihrer Apotheke im Gäubodenpark die Funktion Ihrer Venen überprüfen lassen - selbstverständlich unter Einhaltung aller notwendigen Hygienevorschriften! Die Messung wird mit einem hochmodernen Infrarotmessgerät durchgeführt, ist schmerzlos, dauert nur wenige Sekunden und ist für Sie natürlich kostenlos!

**Bitte vereinbaren Sie rechtzeitig Ihren persönlichen Termin mit PTA Frau Daniela Schuerbeck unter der Telefonnummer 0 94 21 / 91 31 70!**



© julenochek - stock.adobe.com

# Sommer, Sonne – Sonnenbrand?!

Sonnenschutz ist Typsache:  
Welche Sonnencreme, -milch oder  
-lotion perfekt zu Ihrer Haut passt,  
weiß das Apotheken-Team.  
Ihre PKA

*Cornelia Gospodarek*



**Wer den Sommer unbeschwert genießen möchte, sollte seine Haut in Schutz nehmen. Denn Sonnenbrand ist nicht nur schmerzhaft, sondern auch gefährlich. Vorbeugen tut not.**

**Kinderhaut ist besonders empfindlich.**



Foto: © Rido - stock.adobe.com

Sommer, Sonne, Wasserspaß: Insbesondere Kinder können davon kaum genug bekommen. Das ist auch gut so – schließlich braucht der Körper Sonne, damit er Vitamin D für Knochen, Zähne und Haare bilden kann. Außerdem kurbelt die Sonne den Kreislauf an, erhöht den Sauerstoffgehalt im Blut und aktiviert das Immunsystem. Bei all diesen positiven Effekten darf man jedoch nicht vergessen, dass die Sonne auch ihre Schattenseiten hat: Denn bekanntermaßen kann sie unsere zarte Haut verbrennen. Und das geht schneller, als viele Menschen vermuten.

## Sonnen mit Köpfchen

Experten raten daher, die Sonne grundsätzlich mit Vorsicht zu genießen. Das bedeutet vor allem:

- Schatten suchen, denn er ist der beste Schutz vor Sonnenbrand. Sonnenschirme, Sonnensegel, aber auch sonnengerechte Kleidung verhindern, dass die Haut verbrennt.
- In den Sommermonaten die Mittagssonne zwischen 11 und 15 Uhr meiden, denn in dieser Zeit ist die UV-Strahlung am höchsten.
- Nur eingecremt in die Sonne gehen. Wichtig, dass das Sonnen-

schutzmittel der Wahl einen hohen bis sehr hohen Lichtschutzfaktor hat und auch vor UV-A-Strahlen schützt.

- Beim Sonnenbrillenkauf auf einen 100-prozentigen UV-Schutz und das CE-Zeichen achten.

Gut zu wissen: Sicherheit bietet auch die beste Sonnencreme nur dann, wenn sie dick genug aufgetragen wird. Hier gilt ausnahmsweise einmal: Viel hilft tatsächlich viel! Beim Eincremen dürfen vor allem Stirn, Nasenrücken, Ohren, Lippen, Schultern, Rücken, Brust und Fußrücken nicht vergessen werden. Ebenfalls wichtig: Regelmäßig nachcremen. Auch wasserfeste Produkte sollte man nach dem Baden erneut auftragen.

## Kinderhaut braucht mehr

Kinderhaut muss besonders intensiv geschützt werden, denn sie ist extrem empfindlich und kann den Sonnenstrahlen aus eigener Kraft nur wenige Minuten Paroli bieten. Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass wiederholte Sonnenbrände im Kindes- und Jugendalter das Risiko, an Hautkrebs zu erkranken, drastisch erhöhen. Vorbeugen muss sein – am besten durch den richti-

gen Mix aus Kleidung, eventuell mit UV-Schutz, Spielen im Schatten und hochwertiger Sonnencreme. Speziell für den Nachwuchs gibt es in der Apotheke besonders hautverträgliche, wasserfeste Sonnenschutzmittel mit sehr hohen Lichtschutzfaktoren.

Babys gehören gar nicht in die Sonne. Und sogar im schattigen Plätzchen benötigen die Kleinsten Extra-Schutz: Laubbäume reduzieren zum Beispiel die UV-Strahlen nur etwa um die Hälfte und Wolken sogar nur um 20 bis 30 Prozent. Helfen können extra Sonnenschirme für den Kinderwagen, Sonnensegel für den Garten und Strandmuscheln. Unverzichtbar ist zudem ein Hut mit breiter Krempe oder eine Kappe mit Nackenschutz.

## VORSICHT, STRAHLEN!

Besonders sonnenbrandgefährdet sind:

- Kinder
- Menschen mit heller Haut
- Outdoor-Sportler wie Jogger, Wanderer etc.
- Schwimmer und „Wasserratten“
- alle, die im Gebirge oder in Äquatornähe Urlaub machen