Apotheker Peter Distler e.K. Hebbelstr. 14 b 94315 Straubing Tel. 0 94 21 / 91 31 70

Juni 2023

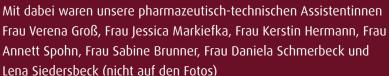




Apothekentour 2023

Eindrücke vom sehr informativen Wochenende bei der Münchener "Apothekentour 2023"– der Spaß durfte dabei natürlich nicht zu kurz kommen!







Ulrike Hien, PTA

der Sommer ist eine Jahreszeit voller Freuden und Aktivitäten, die uns nach draußen in die Sonne und Natur locken. Doch während wir die länger werdenden Tage und die warmen Temperaturen genießen, sollten wir nicht vergessen, dass der Sommer auch spezielle Herausforderungen für unsere Gesundheit mit sich bringt.

Hitze und Sonne können sowohl unsere Haut als auch unseren Kreislauf stark belasten. Obwohl sie das Wachstum fördern und für eine gute Stimmung sorgen, können sie uns auch schaden, wenn wir nicht richtig auf uns aufpassen. Ausreichender Sonnenschutz, genügend Flüssigkeitszufuhr und geeignete Kleidung sind in dieser Jahreszeit unerlässlich, um einen Sonnenbrand, einen Hitzschlag oder eine Dehydration zu vermeiden.

Darüber hinaus bringt der Sommer auch eine Reihe von saisonalen Allergien mit sich, die bei betroffenen Personen zu einer Vielzahl von Symptomen führen können, darunter Heuschnupfen, Asthma und Hautreizungen. Durch frühzeitige Vorbereitung und geeignete Medikamente können diese Symptome jedoch in der Regel gut kontrolliert werden.

In dieser Ausgabe unseres Magazins haben wir eine Vielzahl von Informationen für Sie zusammengestellt, die Sie dabei unterstützen sollen, gesund und aktiv durch den Sommer zu kommen. Wir informieren Sie über die neuesten Erkenntnisse und Empfehlungen in Bezug auf Sonnenschutz, geben Ihnen Tipps zur Bewältigung von Allergien und zeigen Ihnen, wie Sie sich bei hohen Temperaturen gesund ernähren und fit halten können.

Unser Ziel ist es, Ihnen dabei zu helfen, den Sommer in vollen Zügen zu genießen, ohne dass Ihre Gesundheit darunter leidet. Denn Gesundheit ist nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, sondern auch das Wohlbefinden in Körper, Geist und Seele.

Viel Spaß bei der aktuelle Ausgabe und vergessen Sie nicht: Genießen Sie den Sommer!

Mit herzlichen Grüßen.

