



Der Tipp Ihrer Apothekerin

Mag. pharm. Eva Baumann

Lichte Augen

Wenn uns Licht blendet, schützen wir die Augen mit einer Brille. Permanente Sonnenbelastung, aber auch Rauchen schädigen das Auge nachhaltig. Die Altersbedingte Makuladegeneration – AMD – ist die häufigste Ursache für den Verlust des Sehvermögens. Symptome: gerade Linien scheinen gebogen und Farben schwächer, Gesichter verschwimmen, etc. Freie Radikale, die durch Umweltbelastung in unserem Körper Zellalterung und -schäden verursachen, sind die Hauptverursacher der AMD. Wer sich viel im Freien aufhält, sollte mit sog. Radikalfängern die Augen schützen, beginnend mit dem 40. Lebensjahr. Ich empfehle die Einnahme von Kombinationen von Zink, Lutein, Vitamin A, C, B2, B3 und E. Der Wirkstoff Lutein lagert sich in die Netzhaut ein und bildet eine natürliche Sonnenbrille.

Mehr dazu in 178 steirischen Apotheken



Robert Zweiker kämpft für den Fortbestand von „herz.leben“.

„herz.leben“ macht gesund

Die Grazer Hobbykünstlerin Irma Kahr ist nach der Teilnahme am „herz.leben“-Projekt gesund.

Wie erfahren Sie von „herz.leben“?

Ich hatte plötzlich über längere Zeit einen sehr hohen Blutdruck. Nach einem Besuch auf der ambulanten Kardiologie nahm mich Prof. Zweiker in's „herz.leben“-Projekt auf.

Wie ist das Schulungsprogramm abgelaufen?

Nach dem Besuch von einigen Seminaren, wo ich über richtige Ernährung, Bewegung und medikamentöse Einstellung informiert wurde, verbesserte sich mein Blutdruck kontinuierlich. Eine leichte Ernährungsumstellung und das Wissen über die Wirkung einzelner Zutaten lieben mich ohne Druck meine Lebensweise verändern.

Wie geht's Ihnen heute?

Nach einer gesunden Gewichtsabnahme und regelmäßiger sportlicher Betätigung hat sich mein Blutdruck heute, nach einem Jahr, stabilisiert. Ich bin überglücklich und gesund und kann nur jedem empfehlen sich diesem Projekt anzuschließen!



Teilnehmerin Irma Kahr

Oft nur lästig, kann jedoch auch zu Dauerschäden führen:
Die Bindehautentzündung

Eine gerötete Lidinnen- und Augenoberfläche, „Sand in den Augen“ sowie wässrige oder sogar eitrig Absonderungen deuten auf eine Bindehautentzündung hin.

Sind Wind, Rauch, Fremdkörper oder Überanstrengung durch Fehlsichtigkeit verantwortlich, bilden sich die Symptome nach Ausschaltung der Reizquelle meist rasch zurück.

Schwerwiegender ist der Verlauf bei Bakterien oder Viren als Ursache. Die Beschwerden verschlimmern sich und speziell, wenn sich die Rötung rund um die Hornhaut konzentriert, sollte man unbedingt zum Arzt.

Ohne entsprechende Behandlung drohen Hornhautgeschwüre oder Dauerschäden bis hin zur Verminderung des Sehvermögens!

Auch Allergene wie Pollen, Staub, Kosmetika oder Reinigungsmittel für Kontaktlinsen können eine Entzündung auslösen – ein Allergietest ist ratsam!

Schulungsprogramm gegen Volkskrankheit Nummer 1

Bluthochdruck: „herz.leben“ schult Ärzte und Patienten

Das Bluthochdruckschulungsprogramm „herz.leben“ verweist auf tolle Erfolge. Die Weiterführung ist allerdings unsicher.

50 Prozent der Betroffenen wissen nicht, dass sie an Bluthochdruck leiden – mit „herz.leben“ wurde in den letzten drei Jahren das österreichweit einzige entsprechende Schulungsprogramm eingesetzt und weiterentwickelt. Ziel ist eine Intensivierung der Therapie unter Einbeziehung der Patienten. In diesem innovativen Pilotprojekt haben sich mittlerweile 187 Allgemeinmediziner als Trainer für Bluthochdruckschulungen ausbilden lassen und geben ihr Wissen weiter. In entspannter Situation und in Kleingruppen erfahren Patienten in der Praxis ihres Hausarztes alles Wissenswerte über Entstehung und Folgen, Risiko- und gesundheitsfördernde Faktoren. „Nur wer ausreichend über die Krankheit informiert ist, nimmt sie ernst und behandelt sie trotz fehlender Symptome“, beobachtet Projektleiter Herbert Eder, Allgemeinmediziner aus Weiz. Mehr als 1.000 Patienten haben an den Seminaren teilgenommen. „Nach einem Jahr haben sie ihren Lebensstil verändert und weisen deutlich niedrigere Werte auf“, schildert Robert Zweiker von der Uniklinik für Innere Medizin der Meduni Graz den Erfolg. „das relative Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko hat sich um 22 Prozent gesenkt.“ Ende Juni werden die Ergebnisse auf der Jahrestagung der europäischen Gesellschaft für Hochdruckkrankungen in Mailand präsentiert. Großes Ziel ist die steiermarkweit flächendeckende Einführung, doch ist der Weiterbestand nun gefährdet. Näheres beim Arzt, auf der Ärztekammer-Homepage www.aekstmk.or.at oder bei der GKK unter ☎ 0316/8035-1855 oder www.stgkk.at/herzleben.



Intelligentes Sonnenbaden ohne Reue mit Neosino-Silizium

Hightech-Nano-Silizium von Neosino

So wird die Haut perfekt geschützt

Die Sonne ist ein wahres Lebenselixier, sie hält uns körperlich und seelisch in Schwung. Wir sollten sie genießen, aber auch maßvoll mit ihr umgehen. Eine Universitätsstudie hat nun bewiesen, dass der Einsatz der neuesten Sonnenschutzmittel mit Neosino-Hightech-Silizium in Nano-Partikel-Form Sonnenbrand und Hautalterung umfassend vorbeugt und auch bei bereits eingetretenen Rötungen die ideale Therapie ist.

Basis ist Kieselerde in winzigsten Teilchen, die vom Körper optimal aufgenommen und sofort wirksam werden kann, etwa als Feuchtigkeitsdepot speziell in den unteren Hautschichten. Die hohe Fähigkeit von Nano-Silizium Wasser in der Haut zu binden – bis zum 300-fachen seines Eigengewichts – aktiviert biologische Abläufe und sorgt für ein harmonisches Gleichgewicht. Nano-Silizium von Neosino wehrt die gesamten UV-Strahlen ab und ist besonders langanhaltend. Auch Wasser und Schweiß können dem Sonnenschutz nichts anhaben. Neosino Sun wirkt überdies enorm entzündungshemmend und heilend.

Apotheke Kalsdorf feiert 2. Geburtstag

Zum Apothekenfest lädt die Apotheke Kalsdorf am kommenden Samstag, dem 6. Juni, anlässlich ihres zweijährigen Bestehens. In der Zeit von 13 bis 18 Uhr erwartet die Besucher ein unterhaltsames und informatives Programm. Bei Ratespielen, Live-Musik, Hupfburg, dem Auftritt eines Zauberers und der Vorstellung der Partner aus dem Gesundheitszentrum ist für jeden etwas dabei, für das leibliche Wohl ist gesorgt. Dazu gibt es ein großes Gewinnspiel – Hauptpreis ist ein Kurzurlaub auf Malta. Der Reinerlös der Veranstaltung geht an Alpha Nova. Inhaberin Uli Walther freut sich auf zahlreichen Besuch!



SOL 400 PLUS

Einen knackigen Po und straffe Schenkel wünscht sich jede Frau... Bei Cellulite, Speckröllchen an Bauch, Po und Schenkeln, aber auch bei Doppelkinn hat sich das von NEOSINO entwickelte SOL 400 Plus mit hochwertigen Mineralien und SILICIUM in Nano-Form bewährt.

- Steigert Lymphzirkulation
- Zellstoffwechsellage
- Durchblutungsförderung
- Cellulitereduzierung
- Straffung von Bindegewebe
- Dehnungstreifenverminderung

Ein Schlüssel für natürliche Schönheit und Gesundheit

Unser neosino Gesichtssilicium beinhaltet neben Silicium zusätzlich noch Magnesium und Calcium.

Dieses ultrafine Nano-Silicium dringt durch sämtliche Hautschichten bis zur Unterhaut vor. Silicium speichert bis zu 300% Wasser, dadurch können die Botenstoffe besser transportiert werden.

Es fördert die Bildung von Kollagen und Elastin. Dies führt zu einer Verjüngung der Haut. ANTI-AGING-EFFEKT auf natürliche Weise.

neosino Sun Protect

Neosino Sonnenschutzspray mit LSF 15 auf mineralischer Basis, mit UVA- und UVB-Schutz, verzögert die lichtbedingten Altersprozesse der Haut, bildet keinen Fettfilm und keine sichtbaren Rückstände auf der Haut, ist frei von Duft- und Farbstoffen, für alle Hauttypen geeignet, bringt eine lang anhaltende tiefe, gleichmäßige Bräune!



Gerlinde Jirka, Dipl. Kosmetikerin, findet die NEOSINO Produkte mit Silicium in einer noch nie dagewesenen Wirkung.

„Beim Permanent Make up gibt es keine geschwollenen Stellen und die Pigmentierung selbst, wird noch intensiver, aber auch bereits strapazierte Haut wird in wenigen Tagen verjüngt!“

Neosino Shop Graz • LCS Leoben • Judenburg • Murau • Neumarkt • Bruck an der Mur Kosmetik Natascha • Wellnesscenter Studio - 7 - 8073 Feldkirchen

Telefonische Bestellung unter: 03584/20511 www.neosino.at