

# PetrusBlatt

**Gesundes Abnehmen**

**Zeckenschutz**

**Allergie**

# Kleine Zähne, große Schmerzen?

Das perfekte Trio bei  
Zahnungsbeschwerden.



## Osa® Zahnungshilfe Gel\*

Zur Anwendung am Tag direkt  
am Zahnfleisch

- schmerzlindernd, beruhigend und kühlend
- wirkt dort, wo das Zahnfleisch gereizt ist
- rein pflanzlich mit Kamillenöl und Nelkenöl



## Osanit® Zahnungskügelchen\*\*

Zur Anwendung am Tag  
und in der Nacht

- schmerzlindernd und beruhigend
- zuckerfrei, mit karieshemmendem Xylit
- seit Generationen bewährt
- homöopathisches Kombinationspräparat mit 5 Wirkstoffen



## Osanit® Zahnungszäpfchen\*\*

Zur Anwendung vor allem  
in der Nacht

- schmerzlindernd und beruhigend
- bei besonders heftigen Zahnungsbeschwerden
- homöopathisches Arzneimittel mit Wirkstoff Chamomilla D6 (echte Kamille)

\* Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels im genannten Anwendungsgebiet beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung.

\*\* Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab.

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

# Editorial



**Liebe Kundin,  
lieber Kunde,**

im Jahr 2024 gab es in der Petrus Apotheke gleich mehrfach Grund zur Freude:

Gleich vier Mitarbeiterinnen verkündeten ihre Schwangerschaft!

Frau Mag. Jasmin Ziegler wurde schon letzten Sommer Mama einer entzückenden Tochter. Frau Mag. Eva Eigner war zwischen der 1. und der 2. Babypause wenige Wochen im Dienst und ist nun stolze Mutter einer zweijährigen Tochter und eines Sohnes. Frau Mag. Lena Pfleger dürfen wir zur Geburt Ihres ersten Kindes Glückwünsche aussprechen. Und auch unsere langjährige PKA Frau Sarah Heidenbauer erwartet im Sommer ihr zweites Kind! Das Team der Petrus Apotheke freut sich mit den Mamas und wünscht ihnen und den Kindern alles Gute!

Unsere Kundinnen und Kunden bitten wir um Verständnis, dass immer wieder neue Gesichter im Team auftauchen!

Herzlichst,  
Mag. pharm. Dr. Birgit Gallien-Lintschinger

## Inhalt



<b>Editorial</b>	3
<b>Ganzheitliche Medizin</b> Frühjahrskur	4
<b>Phytotherapie</b> Löwenzahn	6
<b>Gesundheit</b> Gesundes Abnehmen	8
<b>Gemmotherapie</b> Allergie	10
<b>Medizin</b> Zeckenschutz	12
<b>Hautpflege</b>	14
<b>Team</b>	15



**Die aktuellsten  
Infos finden Sie auch  
auf Instagram  
@petrus-apotheke**

## Impressum

**Medieninhaber:** Apotheke zum Heiligen Petrus, 8042 Graz, St. Peter Hauptstraße 45, Tel.: 0316/47 14 42

**Layout und Satz/Druck:** Medienfabrik Graz

**Titelfoto:** © iStock.com/filmfoto

**Schlussfoto:** © René Gallien

**Icons:** © flaticon.com

# Frühjahrskur



Mag. pharm. Dr. Birgit Gallien-Lintschinger

**Das Wort „entschlacken“ wird von Medizinern nicht gerne gehört, wohl zurecht. Nichts desto trotz machen Entlastungsphasen für unsere Gesundheit Sinn. Das bedeutet einen Verzicht auf Zucker, Alkohol, Nikotin und hochverarbeitete Lebensmittel (Fertiggerichte).**

Starten wir mit den Entgiftungsorganen unseres Körpers:

- Leber
- Niere
- Darm
- (Haut und Lunge)

## Die Niere

**Rund 1.700 Liter Blut** „durchbluten“ täglich unsere Nieren. Der Mensch produziert rund 1,5 Liter Harn pro Tag. Die Aufgaben der Niere sind vielfältig. Neben der Ausscheidung harnpflichtiger Substanzen, der Regulation von Wasser- und Elektrolythaushalt, der Blutdruckregulation sind die Nieren auch

an der Blutbildung und der Aktivierung von Vitamin D3 beteiligt.

Verschiedene Pflanzen wirken positiv auf die Nieren, dazu haben sie gemäß der traditionellen europäischen Medizin unterschiedliche Eigenschaften:

- Brennnessel – fördert Wehrhaftigkeit
- Birke – Leichtigkeit, die Birke tanzt im Wind
- Goldrute – steht für Freundschaft, Liebe und Beziehung
- Schachtelhalm – gibt Struktur

Gemäß der traditionellen chinesischen Medizin sind die

Nieren die Quelle der Lebensenergie. Das Sprichwort, „Das geht mir an die Nieren ...“, bedeutet etwas belastet einen Menschen sehr.

## Die Leber

Die Leber ist neben der Entgiftung auch für die Speicherung von **Glykogen**, einem Kohlenhydrat, und von **fettlöslichen Vitaminen A, D, E, K**, sowie der **Abwehr von Krankheitserregern** zuständig. **Viele Arzneimittel** werden über die Leber verstoffwechselt. Sie ist die größte menschliche Drüse. Zusammen mit der **Galle** ist sie maßgeblich an den Verdauungsprozessen beteiligt.



Die Leber liegt rechts unter dem Zwerchfell und wiegt beim Erwachsenen rund **1,5 kg**. Gemeinsam mit der Galle produzieren die Leberzellen bis zu **700 ml** Gallenflüssigkeit. Leberzellen bauen mit Hilfe von Enzymen verschiedene Substanzen ab. Die Leber wird über die Pfortader mit Blut versorgt. Sie ist das zentrale Organ im Cholesterin Stoffwechsel.

In der **ganzheitlichen Medizin** wird eine Schädigung der Leber nicht alleine an Laborwerten und Zellveränderungen festgemacht, sondern auch an allgemeinen Symptomen wie Müdigkeit, Juckreiz und Hämorrhoiden. Schlechter Schlaf und ein Erwachen zwischen 2 und 3 Uhr morgens sind Zeichen, dass es der Leber nicht gut geht. „Die Laus auf der Leber“ gibt Hinweis auf die zugeordneten Emotionen: Wut, Zorn, Ärger; das choleriche Temperament. Auch eine Unfähigkeit sich abzugrenzen, kann zu einer Störung der Entgiftungs- und Ausscheidungsfunktion der Leber führen.

Die Leber unterstützt man zu aller erst durch Lebensstil Veränderungen. Kein Alkohol, kein fettes Essen und viel Bewegung. Bekanntermaßen gibt es Pflanzen, die der Leber guttun. Mariendistel, Löwenzahn, Schaf-

garbe um nur einige zu nennen. Alle enthalten unter anderem Bitterstoffe. Auch hier stehen die Pflanzen nach der traditionellen europäischen Medizin für bestimmte Eigenschaften:

- Löwenzahn – verbessert die Anpassungsfähigkeit
- Mariendistel – ermöglicht Abgrenzung
- Schafgarbe – hilft das Wesentliche vom Unwesentlichen zu unterscheiden

## Der Darm

Der Darm ist ca. **8 m lang** und besitzt eine sehr große Oberfläche, es sind tatsächlich **300 bis 500m<sup>2</sup>**. Bedingt vor allem durch die Schleimhautfalten mit Zotten im Dünndarm, dort wird der Darminhalt durchmischt. Im Dickdarm wird der Darminhalt dann eingedickt. Der Darm wird von rund 450 verschiedenen Bakterienstämme besiedelt. **100 Billionen Zellen** tragen wir in Form der Darmbakterien mit uns, das sind rund 1,5 kg Darmbakterien. Der menschliche Körper selbst besteht aus „nur“ **75 Billionen Zellen**.

Eine sanfte Darmreinigung im Rahmen von Frühjahrskuren kann mit folgenden Mitteln erfolgen:

- Floh- und Leinsamen – Ballaststoffe und Schleim: Achtung ausreichende



Flüssigkeitszufuhr nicht vergessen!

- Zeolith – ein vulkanisches Gesteinsmehl, das poröse Struktur hat und Giftstoffe und Ammoniak mit ausscheidet
- Mikrosan® – fermentierte Pflanzen wie Dill, Fenchel, Ingwer, Himbeerblätter

Parallel dazu startet man mit der Zufuhr von Darmbakterien sogenannte Probiotika (Petrus Probiotic 11, Omni Biotic®), aus der Apotheke, aber auch durch Sauerkraut und andere fermentierte Gemüse.

Sogenannte **Präbiotika**, meist lösliche Ballaststoffe, sind als Futter für die Darmbakterien sinnvoll, um ein gutes Wachstum der Bakterien zu ermöglichen.

Alle Maßnahmen, die die Funktion der Entgiftungsorgane unterstützen, kann man kombinieren. Gerne beraten wir Sie dahingehend ausführlich.

Eine Arzneipflanze stellt sich vor:

# Löwenzahn

„ein Mediator im Stoffwechsel – Lebensprozesse kommen wieder in Fluss, Anpassungsfähigkeit wird gesteigert“



Mag. pharm Ursula Gerhold, Gründerin der Lebenswerkstätten Stainz

## Steckbrief

**Name:**

Löwenzahn, Butterblume

**Botanischer Name:**

Taraxacum officinale

**Herkunft/Verbreitung:**

Nordhalbkugel, bes. Europa und Westasien

**Wirkung:** stoffwechsel- und verdauungsfördernd daher entgiftend, verstärkt die Sekretion von Magensaft und Gallenflüssigkeit, krampflösend, Anregung der Nierentätigkeit und Stärkung der Bauchspeicheldrüse

Es gibt wenige Pflanzen in unserem Lebensraum, die so allgegenwärtig, vital und anpassungsfähig sind, wie der Löwenzahn. Und so bekannt. Kinder und Kräuterkundige lieben ihn, Rasengärtner weniger. Alle Teile des Löwenzahns sind für uns äußerst wertvoll. Zu je-

der Jahreszeit hat er besondere Stärken.

Im ersten Frühling dienen uns die jungen Blätter vor der Blüte beim körperlichen Frühjahrsputz: ob als „Röhrlsalat“, Löwenzahnsaft oder in frischen grünen Smoothies, da wird ordentlich aufgeräumt. Wenn sie gute, saubere Sammelplätze finden oder auf der eigenen Wiese ein wenig zu viel Löwenzahn wächst, dürfen sie bei dieser Frühjahrskur geradezu hemmungslos sein. Mit einer wichtigen Ausnahme: da der Löwenzahn auch den Gallenfluss anregt, sollen sie ihn bei bestehenden Gallensteinen meiden, da diese möglicherweise einen Gallengang blockieren. Der entstehende Stau der Gallenflüssigkeit kann sonst eine Gallenkolik auslösen.

Wenn dann im April die Wiesen fröhlich gelb getupft sind, wird es Zeit, die leuchtenden Blüten zu verwenden. Leider lassen sie sich schlecht trocknen – sie ha-

ben so viel Wandlungskraft, dass sie sich sogar im abgezapften Zustand noch über Nacht aus gelben Zungenblüten in weiße Samenschirmchen verwandeln können! Also essen wir sie lieber als hübsche und angenehm sanft bittere Medizin: frisch über den Salat gestreut, als Löwenzahnblütenbutter – besonders gerne wälze ich kleine Frischkäsebällchen in den Blütenblättern, das ergibt eine Frühjahrskur für alle Sinne!

Will man Wurzeln von Heilpflanzen verwenden, gräbt man diese meist in der Winterruhezeit aus, weil da der Wirkstoffgehalt am höchsten ist.

Beim Löwenzahn ist die Wurzel der heilkräftigste Teil und wird in vielen Zubereitungen verwendet. Aber auch die getrockneten, etwas zerkleinerten Blätter ergeben einen wirkungsvollen Tee, gerne auch zusammen mit anderen stoffwechsellanregenden Heilpflanzen wie Brennnessel und Zinnkraut.



# Wertvolle Tipps für ein „Gesundes Abnehmen“



Mag. pharm. Bärbel Hosp

**M**ühelos und schweißfrei abnehmen durch Medikamente? Dieses verlockende Versprechen wird derzeit medial und in den sozialen Netzwerken intensiv diskutiert. Die Nachfrage nach diesen „sogenannten“ Abnehm- und Schlankheitsspritzen wie z.B. Mounjaro® (Tirzepatid) ist besonders groß.

Der im Mounjaro® enthaltene Wirkstoff Tirzepatid, ein GLP1-Rezeptoragonist, fördert die Glukose-abhängige Insulinsekretion und verbessert dadurch die Blutzuckerkontrolle. Gleichzeitig wird die Magenentleerung verzögert, dies bewirkt ein gesteigertes Sättigungsgefühl und weniger Heißhungerattacken. Diese Wirkstoffgruppe wurde ursprünglich für die Behandlung des Typ2 Diabetes zugelassen. Der verschreibungspflichtige Mounjaro® Pen wird einmal pro Woche unter die Haut injiziert, wohingegen Saxenda® (Liraglutid) täglich

unter die Haut gespritzt werden muss.

Durch die Gewichtsreduktion verliert man aber nicht nur Körperfett, sondern auch Muskelmasse! Ein begleitendes Sportprogramm sollte daher unbedingt stattfinden.

Wichtig dabei ist, Gewohnheiten zu entwickeln, die Sie auch nach dem Erreichen des Zielgewichts beibehalten können. Um das Sättigungsgefühl zu fördern und Heißhunger zu vermeiden, ist es daher sinnvoll, eine ausgewogene Ernährung zu wählen, die sowohl komplexe Kohlenhydrate als auch Proteine enthält. Achten Sie darauf, ballaststoffreiche Lebensmittel und hochwertige Proteinquellen in Ihre Mahlzeiten zu integrieren. Erhöhen Sie Ihr **Bewegungsmaß** indem Sie zu Fuß gehen, anstelle mit dem Auto zu fahren und nehmen Sie die Treppe statt des Aufzugs.

Ose Slim®, ein neues, rezeptfreies Präparat, mit essentiellen Aminosäuren, Artischocke, Berberin, B-Vitaminen und Chrom beruht auf einem ähnlichen Prinzip, wie die „Abnehmspritzen“. Es sorgt im Gegensatz zu Mounjaro® und Co. durch die Aminosäuren für einen Muskelhalt und beeinflusst auch den Blutzuckerspiegel nicht. Es sollte morgens eingenommen werden, somit wird eine sättigende Wirkung schon vor dem Essen erreicht. Die enthaltene Artischocke unterstützt den Gewichtsverlust, Berberin den Cholesterinspiegel, Chrom und Zink senken den Blutzuckerspiegel.

Auch eine ausreichende Versorgung mit Mikronährstoffen ist für den Abnehmerfolg unabdingbar. Die Gruppe der **B-Vitamine** ist im Kohlehydratstoffwechsel essentiell, Chrom reguliert den Blutzuckerspiegel und die Alpha-Ketoglutar Säure bringt Energie in die Zellen.

Kombiniert mit Sättigungsfasern aus der Guarbohne findet man diese Stoffe beispielsweise im Produkt Slim fit®.

In den letzten Jahren hat sich gezeigt, dass auch ein Zusammenhang zwischen der Darmflorabesiedelung und dem Körpergewicht besteht. Bestimmte **Bakterienstämme** erleichtern das Abnehmen, da durch diese mehr unnötiger Zucker ausgeschieden wird. OMNI BIOTIC metabolic® enthält diese guten Darmbakterien.

Auch **Gemmomazerate** können den Stoffwechsel ankurbeln und somit das Abnehmen auf natürliche Art und Weise unterstützen. Die aus frischen Knospen gewonnenen Inhaltsstoffe bewähren sich und werden gerne als Ergänzung verwendet. Folgende bei uns erhältliche Gemmomazerate kommen dafür in Frage:

### Echter Feigenbaum (Ficus carica):

Der Feigenbaum stammt ursprünglich aus Westasien und ist heute im gesamten Mittelmeerraum heimisch. Seine Früchte schmecken süß und wirken leicht abführend. Das besonders wohlschmeckende Mazerat aus den frischen Fei-

genknospen reguliert den Appetit und übermäßige Gelüste nach Süßem. Es schützt die Schleimhäute des Verdauungstraktes und hat auch eine zusätzliche beruhigende Wirkung auf das Nervensystem bei allen vegetativen Entgleisungen.

### Hängebirke (Betula pendula):

Schon der Birkensaft galt und gilt den nordischen Völkern als Lebenselixier, das vor allem wegen seiner entgiftenden Wirkung geschätzt wird. Dieses Mazerat wirkt stoffwechsellagernd und wird häufig verwendet, um ins Stocken geratene Prozesse anzuregen. Es regt die Nieren an, wirkt auch entsäuernd und normalisiert den Fettstoffwechsel. Zusätzlich entgiftet es die Leber und wirkt der Frühjahrsmüdigkeit entgegen.

Darüber hinaus senkt sie den Cholesterinspiegel.

### Gewöhnlicher Wacholder (Juniperus communis):

Das Mazerat des Wacholders hat eine stark stoffwechsellagernde und allgemein entschlackende Wirkung. Es hilft bei erhöhten Cholesterin- und Zuckerwerten. Besonders erwähnenswert ist seine schützende und regenerierende Wirkung auf die Leberzellen. Auch bei Fettleber, Leberzirrhose oder chronischen Entzündungen zeigt dieses Mazerat positive Wirkung. Zusätzlich regt es die Ausscheidung bestimmter Substanzen über die Niere an.

Gemeinsam mit Ihnen wählen wir gerne die für Sie passende Strategie zur Gewichtsreduktion.



# Mit der Kraft der Knospen gegen Allergien

Mag. pharm. Katharina Weis

Wenn uns im Frühjahr die ersten Sonnenstrahlen an der Nasenspitze kitzeln, fängt für die Frühblüher-Allergiker der Spaß erst so richtig an: die Nase rinnt, die Augen tränen, Haut und Schleimhaut jucken und eventuell machen sich auch kleine Hautausschläge bemerkbar. Vom Genießen des Frühlings sind Betroffene weit entfernt ...

Doch auch wenn die Natur uns hier einen Strich durch die Rechnung macht, so nützlich kann sie uns aber auch in der Bekämpfung der Symptome sein. In der Pflanzenheilkunde, speziell in der **Traditionell Europäischen Medizin (TEM)**, sind uns einige Pflanzenauszüge durch langjährige Erfahrung bekannt, um der Allergie Einhalt zu gebieten. Im Besonde-

ren hat sich hier die **Gemmotherapie** bewährt. In dieser werden die frischen Knospen, denen besondere Zellteilungsfähigkeit und Heilungskraft zugeschrieben wird, verwendet.

Die **Schwarze Johannisbeere** ist der Klassiker unter den Allergiemitteln. Sie kurbelt die körpereigene Immunabwehr an, wirkt antientzündlich und wird daher auch gern als pflanzliches Cortison bezeichnet. Vor allem bei Schleimhautreizungen im Mund- und Rachenraum ist sie äußerst effektiv. Besonders gern wird die Schwarze Johannisbeere als Spray für unterwegs benutzt, da sie so rasch über die Mundschleimhaut aufgenommen wird und allfällige Beschwerden im Nu mildert. Die Auszüge der Pflanze sind wohl-schmeckend und so auch bei Kindern sehr beliebt. Sehr effizient sind Mischungen diverser Gemmo-Auszüge (sogenannte Mazerate) und da darf die



© Copyright Heidak AG

**Schwarze Johannisbeere** in Mischungen gegen Allergien auf keinen Fall fehlen!

Für Kinder hat sich auch das Mazerat der **Hundsrose** bewährt und zählt zu den klassischen Kindermitteln, vor allem für die „Immer-Kranken“. Ihr wird neben der Immunsystem-Stärkung auch eine antivirale Wirkung zugeschrieben und so kommt die Hundsrose auch in der Erkältungszeit oft zum Einsatz.

Sind vor allem die unteren Atemwege betroffen, sollte der **Wollige Schneeball** eingenommen werden. Dieser wirkt stark beruhigend auf das Lungengewebe. Am besten kombiniert man ihn hier mit der **Hasel**, der eine Lungengewebs regenerierende Wirkung zugeschrieben wird. Anzumerken ist hier, dass

auch Hasel-Allergiker von dieser Pflanze profitieren können, da keine Pollen (Allergie-erregende Stoffe), in der Zubereitung enthalten sind. Plagt den Allergiker auch immer wieder Atemnot, so sollte auch die **Brombeere** zur besseren Sauerstoffversorgung gegeben werden. Allergiker können aber auch oft unter starken Verschleimungen leiden, da der Körper durch übermäßige Schleimproduktion versucht die Schleimhaut zu schützen. Dann sollte an die **Schwarzerle** in dieser Mischung unbedingt gedacht werden. Diese wirkt hier nicht nur gegen den übermäßigen Schleim, sondern auch Schleimhaut-schützend und stärkend auf das Immunsystem. Besonders in Mischungen für Ältere sollte sie hinzugefügt werden.

Die **Hainbuche** hingegen findet ihre Anhänger unter den Allergikern, die von starkem Niesreiz geplagt sind. Gut kombiniert ist sie hier mit dem **Schwarzen Holunder**, um die Symptome des Heuschnupfens zu mildern.

Aber auch prophylaktisch hat die Gemmotherapie etwas zu bieten. So kann die **Rotbuche** schon über die Wintermonate eingenommen werden, um das Immunsystem optimal vorzubereiten.

Wie zu erkennen, lässt sich je nach Beschwerdebild eine individuelle Mischung für Betroffene anfertigen. Wir beraten Sie hierzu gerne und können die für Sie passende Allergie-Mischung zubereiten.

# Schmink Workshop

**Freitag, 09. Mai 2025, 15.30–17.00 in der Apotheke**

Sie wollen das Beste aus Ihrem Typ machen?  
Aber wie setzen Sie Make-up, Lippenstift und Co. richtig ein,  
um kleine Makel zu kaschieren und die  
eigene Schönheit zu betonen?

**Unsere PKA Israa zeigt Ihnen wie das geht.**

**Unkosten-  
beitrag 20 €**

© iStock.com/Evgenia Stankovskaya

# Zeckenschutz



Mag. pharm. Valentin Höfer

Der Frühling ist eine Jahreszeit des Neuanfangs: Die Tage werden länger, die Natur erblüht, und wir können endlich wieder viel Zeit im Freien verbringen. Doch mit den Frühjahrs- und Sommermonaten sind auch die Zecken wieder hochaktiv und das Risiko einer Infektion steigt. Diese kleinen Spinnentiere lauern uns häufig beim Spaziergang in Wald und Wiese bis zu einer Seehöhe von 2000 Meter auf. Ihr Stich ist nicht nur unangenehm, sondern kann auch gefährliche Krankheiten wie **Frühsommer-Meningoenzephalitis** (FSME) und **Borreliose** übertragen.

**FSME** ist eine Virusinfektion, die eine gefürchtete Hirnhautentzündung (Encephalitis) hervorrufen kann. Die erste Krankheitsphase, die nach durchschnittlich einer Woche auftritt, zeichnet sich durch grippeartige Symptome, Erbrechen, Schwindelgefühl und mäßigem Fieber aus. Nach einer relativ beschwerdefreien Phase von einer weiteren Wo-

che kann es zu einem Befall des zentralen Nervensystems kommen. Dabei treten sowohl die Symptome der ersten Krankheitsphase, als auch Lichtscheue, Konzentrations- und Gehstörungen auf. Diese dritte Phase kann mehrere Wochen bis Monate andauern. Bei etwa einem Drittel der Erkrankten treten schwere neurologische Ausfälle wie Lähmungen der Arme, Beine, Gesichtsnerven und der Atmung auf und es kann zu bleibenden Behinderungen kommen. Wie bei vielen Viruserkrankungen gibt es hier leider keine gezielte medikamentöse Behandlung.

Der beste Schutz für jedes Alter ist die **FSME-Impfung**, die besonders im Risikogebiet Österreich empfohlen wird. Die Grundimmunisierung besteht aus drei Impfungen und erfolgt beim Kind ab dem vollendeten ersten Lebensjahr. Bereits 3 Jahre nach der Grundimmunisierung ist die erste Auffrischungsimpfung zu veranlassen. Danach ist eine Auf-

frischung alle 5 Jahre, ab dem vollendeten 60. Lebensjahr wieder alle 3 Jahre erforderlich. Schauen Sie am besten heute in Ihren Impfpass, ob die FSME-Impfung ansteht oder bringen Sie Ihren Impfpass zur Durchsicht in unsere Apotheke!

**Borreliose** ist eine bakterielle Infektion, die von Zecken übertragen wird und sowohl Menschen als auch Haustiere betreffen kann. Das Erkrankungsrisiko steigt deutlich mit der Dauer des Blutsaugens der Zecke. Daher ist es empfehlenswert, auf Ausflügen immer eine Zeckenzange mitzuführen, um den Quälgeist rasch und in einem Stück entfernen zu können. Zu den typischen Symptomen der Borreliose gehören grippeähnliche Beschwerden, Hautausschläge „Erythema migrans“, die Wanderröte, Genickstarre und schmerzhafte Gelenkschwellungen. Bildet sich um einen Zeckenstich ein roter Ring, sollte der Arzt aufgesucht werden. Auch nach Monaten

oder Jahren können schubförmige Gelenkentzündungen (Lyme-Arthritis) oder sogar neurologische Störungen auftreten. Die Borreliose kann mit Antibiotika behandelt werden, wenn sie frühzeitig erkannt wird. Die Abklärung erfolgt durch den Hausarzt.

Auch Haustiere wie **Hunde** und **Katzen**, die viel draußen sind, können Zecken bis in die Wohnräume bringen. Daher ist es auch wichtig, für unsere Vierbeiner Schutzmaßnahmen zu ergreifen. Die Verwendung von Zeckenmitteln, die auf den Nacken des Tieres appliziert werden (Frontline®, Advan-

tix®), geeignete Halsbänder (Seresto®, Kiltix®) oder spezielle Kautabletten (Ad Tab®) bieten adäquaten Schutz. Alle diese Produkte sind auch bei uns erhältlich.

Der beste Schutz für Mensch und Tier ist **die Prävention**: Zu den empfohlenen Maßnahmen gehören nicht nur die FSME-Impfung, sondern auch das Tragen langer Kleidung und die Anwendung von natürlichen oder chemischen Repellents. Diese Zeckenschutzmittel können sowohl direkt auf die Haut, als auch auf die Kleidung, zum Beispiel auf die Hosenbeine aufgetragen wer-

den. Nach Aufenthalt im Freien sollten sowohl Menschen als auch Tiere gründlich auf Zecken untersucht werden. Ein rasches Entdecken und Entfernen der Zecken verringert das Risiko einer Infektion erheblich.

Der Frühling lädt uns ein die Natur in vollen Zügen zu genießen, doch er mahnt uns zugleich, aufmerksam zu sein und uns, sowie unsere Haustiere vor den Risiken von FSME und Borreliose zu schützen. Nur so können wir die schönen Seiten der Jahreszeit sorgenfrei erleben.



# Hyaluronsäure



Mag. pharm. Dr. Birgit Gallien-Lintschinger

HALEON

Vertrauen Sie auf das  
**Nummer 1**  
Schmerzgel\*

MIT  
KLICKVER-  
SCHLUSS



\*IQVIA, Sell-Out, MAT/12/2024, AVP, 02E1 Rheumamittel, topisch.

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. Wirkstoff Diclofenac. Marken sind Eigentum der Haleon Unternehmensgruppe oder an diese lizenziert. Stand: 02 2025. Haleon - Gebro Consumer Health GmbH, Österreich, Tel: 0 5354 56335-0, E-Mail: haleon@gebro.com, www.voltadol.at.

BG-VVOL 240502

Sie ist ein Mehrfachzucker (Polysaccharid), genauer gesagt ein Glycosaminoglykan, der in unserem Bindegewebe vorkommt: sowohl in den Gelenken als auch im Bereich der Haut. Die chemische Struktur der Hyaluronsäure erlaubt es ihr Wasser zu binden und genau darauf beruht ihre Wirkung. Im Bereich der Haut sorgt Hyaluronsäure für die natürliche Elastizität und Straffheit des Bindegewebes. Speziell der sofortige Effekt der Hyaluronsäure wird in der Kosmetik gerne genutzt. Masken oder Gels mit Hyaluronsäure nach der Sauna oder dem Sonnenbad angewendet, spenden Feuchtigkeit und wirken oberflächlichen Fältchen entgegen.

Im Alter geht ihr natürlicher Anteil im Körper zurück, eine Zufuhr in Form von Spritzen, Kapseln oder Gels kann diesem Verlust entgegenwirken. Die Hyaluronsäure trägt zur reibungsfreien Mechanik der Gelenke bei. Bei Beschwerden in Folge von Knorpelschäden finden neben der Hyaluronsäure, auch Glucosamin, Chondroitin und Kollagen Einsatz. Als Kapsel oder Getränk eingenommen, unterstützen diese Stoffe die Gelenkgesundheit und wirken sogar schmerzlindernd.



# Das Team



Mag. pharm. Dr.  
**BIRGIT  
GALLIEN-  
LINTSCHINGER**  
Konzessionärin

Arzneimittel, Reisemedizin,  
Tiermedizin, Homöopathie,  
Spagyrik



PKA  
**ISRAA  
ALELAYAWI**

Kosmetik, Visagistik,  
Warenwirtschaft



*derzeit in  
Karenz*  
Mag. pharm.  
**EVA  
EIGNER**

Medikationsmanagement,  
Kinder, Phytotherapie



PKA  
**SARAH  
HEIDENBAUER**

Kosmetik, Magistrale,  
Marketing



**EMINA  
HODZIC**

Reinigung



Mag. pharm.  
**BÄRBEL  
HOSP**

Arzneimittel, Darmgesundheit,  
Homöopathie, Reiseberatung



Mag. pharm.  
**VALENTIN  
HÖFER**

Arzneimittel, orthomolekulare  
Medizin, Impfberatung,  
Darmgesundheit



PKA  
**BETTINA  
NEKOLAR**

Warenwirtschaft, Magistrale,  
Homöopathie



*derzeit in  
Karenz*  
Mag. pharm.  
**LENA  
PFLEGER**

Krankenstands- und  
Urlaubsvertretung



**REGINA  
THUMFORT**

Reinigung



Mag. pharm.  
**KATHARINA  
WEIS**

Medikationsanalyse, Phyto-  
therapie, orthomolekulare  
Medizin, Darmgesundheit



**LAURA-MARIE  
ZEHENTNER**

Studentische Mitarbeiterin

