

PetrusBlatt

Coenzym Q10

Diabetes

Omega-3-Fettsäuren



NATÜRLICH BEWEGLICH

- ✓ Von Fachärzten der Orthopädie entwickelt
- ✓ Natürliche Vitalstoffe für Knorpel & Gelenke
- ✓ Für Aufbau und die Regeneration des Knorpels
- ✓ Verbessert die Gleitfähigkeit der Gelenke
- ✓ Unterstützt die Knochengesundheit
- ✓ Qualität aus Österreich bewährt und gut



www.arthrobene.at



WEIL DEIN RÜCKEN DICH DURCHS LEBEN TRÄGT!

VERTEBENE® BANDSCHEIBEN COMPLEX -
für einen starken, beweglichen Rücken

- ✓ patentierte und studienbelegte Wirkstoffkombination aus Kollagen, N-Acetyl Glucosamin und Bambusextrakt
- ✓ zur Regeneration und Stärkung des Bandscheibengewebes



www.vertebene.at

*Aktion gültig bis 31.12.2025. (Gutschein nur gültig auf die Kurpackung, 120 Kps.)

Für Ihre Apotheke: ARTHROBENE® Gelenkksapseln 120 Kapseln, PZN: 3036932 und VERTEBENE® Bandscheiben Complex, 120 Kapseln, PZN: 3959677.

Editorial



**Liebe Kundin,
lieber Kunde,**

schon seit letztem Herbst bieten wir Vitamin D 3 Messungen in der Apotheke an. In nur 20 Minuten erhalten Sie einen aussagekräftigen Wert über Ihre Vitamin D Versorgung. Nur so ist eine richtig dosierte Einnahme

dieses wichtigen Vitamins möglich. Ab November weiten wir die „Point of Care“ Testungen aus. Eine Messung des Langzeitblutzuckers, der sogenannte HbA1c Wert, ist jetzt bei uns möglich. Besser als der Nüchternblutzucker lässt er Rückschlüsse auf ein Diabetes Risiko zu. Ergänzend dazu bestimmen wir auch Ihr Gesamtcholesterin.

Ein weiteres Service stellt die Messung des CRP Wertes dar. Der CRP-Wert, der das C-reaktive Protein misst, ist ein wichtiger Entzündungsmarker im Blut, der in der Leber gebildet wird und auf Infektionen oder Gewebeschädigungen hinweist. Im Apothekenalltag hilft er Ihnen und uns bakterielle Infektionen rasch zu erkennen. Ist der Wert stark erhöht, ist der Gang zum Arzt sinnvoll, um eine etwaige antibiotische Therapie einzuleiten.

Selbstverständlich haben Sie weiterhin die Möglichkeit auch Ihren Blutdruck bei uns messen zu lassen.

Wir wünschen Ihnen einen gesunden Winter!

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

Inhalt

Editorial	3
Gesundheit Der HbA1c-Wert	4
Phytotherapie Eleutherococcus	6
Gesundheit Nährstoffmangel bei Diabetes	8
Nährstoffe Omega-3	10
Nährstoffe Coenzym Q10	12
Hautpflege Neurodermitis bei Kindern	14
Das Team	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/Eerik

Schlussfoto: © René Gallien

Icons: © flaticon.com

„Der HbA1c-Wert“ – das Blutzucker- gedächtnis



Mag. pharm. Katharina Weis

Der HbA1c-Wert mag bei vielen erstmal viele Fragezeichen hervorrufen, wenn sie diesen Wert in ihrem Blutbild entdecken. Was kompliziert scheint, lässt sich aber ganz einfach erklären und so möchte ich Ihnen diesen Parameter näherbringen:

Unter dem HbA1c-Wert verstehen wir den Langzeitblutzuckerwert. Dieser wird beispielsweise bei jeder Gesundenuntersuchung im Zuge der Blutabnahme getestet.

Dieser Langzeitblutzuckerwert spiegelt den durchschnittlichen Zuckerpegel der vergangenen 8–12 Wochen wider und ist neben dem Nüchternblutzuckerwert essenziell, um auf Prädiabetes zu schließen, zur Diagnose von Diabetes oder auch zur Verlaufskontrolle einer bestehenden Diabetes-Therapie. Der

Nüchternblutzuckerwert zeigt nämlich lediglich an, wie hoch der momentane Blutzuckerspiegel zum Zeitpunkt der Blutabnahme war, wohingegen der HbA1c-Wert eben Rückschlüsse auf mehrere Wochen zulässt. Zudem ist der Nüchternblutzuckerwert sehr anfällig gegenüber tageweisen Schwankungen wie Stress, Ernährung und Sport. Im Vergleich liefert der HbA1c-Wert zuverlässig einen guten Überblick über den Durchschnittswert des Blutzuckers der vergangenen Wochen und erfordert auch keine Nüchternheit bei der Blutabnahme. Der HbA1c-Wert lässt sich so gut wie nicht verfälschen.

Doch was steckt eigentlich hinter diesem Buchstaben- und Zahlenkürzel?

Hb kommt von Hämoglobin, dem roten Blutfarbstoff, und

A1c von einer speziellen Unterart dieses Hämoglobins, an das sich bei Nahrungszufuhr der Zucker bindet. Je länger der Blutzuckerspiegel erhöht ist, desto mehr Hämoglobin der Unterart A1c wird mit Zucker verbunden und der HbA1c-Wert steigt. Rückschlüsse über ein derart langes Intervall sind möglich, da die Bildung von HbA1c irreversibel ist und über den Lebenszeitraum der roten Blutkörperchen bestehen bleibt. Bei einem hohen HbA1c-Wert spricht man einfach gesagt auch von einer Verzuckerung des Blutes.

Angegeben wird der gemessene HbA1c-Wert üblicherweise in % und spiegelt den verzuckerten Teil des Blutes wider. Diagnostiziert wird Diabetes ab einem Wert von 6,5%. Werte von 5,7%–6,4% sind überwachungs-

pflichtig und können auf Prädiabetes oder ein erhöhtes Diabetes-Risiko hinweisen. Normale HbA1c-Werte liegen unter 5,7%.

Mittlerweile ist beinahe jeder zehnte Österreicher mit Diabetes diagnostiziert und die Dunkelziffer ist hoch! Auffallend ist, dass Diabetes keine Erkrankung der älteren Generation ist, sondern auch immer mehr junge Patienten hinzukommen. Eine frühe Diagnose und Aufklärung ist essenziell, um Prädiabetes zu erkennen, rechtzeitig geeignete Maßnah-

men zu setzen und das Fortschreiten der Erkrankung zu verhindern. Denn ist das Blut langfristig hohen Zuckerwerten ausgesetzt, so hat das schwerwiegende Folgen für das gesamte Herz-Kreislaufsystem, die Nieren und auch die Nerven können langfristig geschädigt werden.

Doch was sollte man tun, wenn der HbA1c-Wert leicht erhöht ist?

Kleinste Lebensstiländerungen können hier schon viel bewirken, um den HbA1c-Wert auf lange Sicht wieder in den rich-

tigen Bereich zu bekommen. Auch Mineralstoffe, Spurenelemente und sogar pflanzliche Mittel, wie zum Beispiel Tinkturen aus der Bittergurke, leisten hier große Hilfe, um den Zuckerstoffwechsel anzukurbeln. Wir beraten Sie gerne!

Mittlerweile haben wir unser Service ausgebaut und können Ihren HbA1c-Wert auch im Schnelltest vor Ort in der Apotheke durch Abnahme einer kleinen Blutmenge aus der Fingerkuppe bestimmen. Kommen Sie gerne vorbei, wir sind für Sie da!

Wie süß ist dein Blut?

JETZT TESTEN!

Wir testen deinen **Langzeitzucker**, denn **Diabetes** ist kein **Zuckerschlecken**!

 Aktion in den
steirischen Apotheken
im November 2025

Eine Arzneipflanze stellt sich vor:

Eleutherococcus

Die Last des Lebens unter Beachtung der eigenen Fähigkeiten tragen lernen.



Mag. pharm. Dr. Birgit Gallien-Lintschinger

Steckbrief

Name: Taigawurz,
sibirischer Ginseng

Botanischer Name:

Eleutherococcus senticosus

Herkunft/Verbreitung:

Sibirien, Japan, Nordkorea,
nordöstliches China,
Sommergrüner Strauch

Wirkung: Die wichtigsten
Inhaltsstoffe sind die

Eleutheroside, eine Gruppe
von Saponinen, dazu

Polysaccharide, Flavonoide,
Cumarine und **Triterpen-**
saponine.

In der westlichen Medizin ist der *Eleutherococcus* erst seit ein paar Jahrzehnten bekannt. Wie die Heilpflanze traditionell angewandt wird, ist darum nur aus der chinesischen Volksmedizin überliefert. In Europa findet die Taigawurzel als Muttertinktur und spagyrische Essenz Anwendung. Die Pflanze gilt als Adaptogen. Adaptogene erhöhen die Anpassungsfähigkeit des Organismus gegenüber körperlichen und geistigen Herausforderungen. Überall dort, wo der Mensch zu wenig Energie besitzt, Überlastung aktiv zu überwinden, kann man die Taigawurz einsetzen.

Eleutherococcus wirkt positiv auf das Immunsystem, fördert die Konzentration und Gedächtnisleistung und erhöht insgesamt die Stressresistenz. Speziell in pflanzlichen Mischungen zur Rekonvaleszenz darf *Eleutherococcus* nicht fehlen.

Die spagyrische Essenz passt auf der seelischen Ebene zu Personen, die sich zu viel zumuten. Durch diese ständige Überforderung sind eben diese Menschen besonders Burnout gefährdet. Die Taigawurz Essenz hilft dabei konzentriert zu arbeiten, aber auch Erholung und Regeneration zuzulassen.

Make up-Service

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?

Sie möchten ein professionelles Make-up für einen festlichen Anlass (Hochzeit, Ball, etc.)?

**Vereinbaren
Sie gleich
einen Termin!**



Nährstoffmängel bei Diabetes



Mag. pharm. Dr. Birgit Gallien-Lintschinger

Als Diabetes mellitus bezeichnet man eine chronische Störung des Glucosestoffwechsels durch Insulinmangel oder reduzierte Insulinempfindlichkeit. Mehr als 5 % der Bevölkerung sind bereits Diabetiker, daher ist das Wissen um den erhöhten Nährstoffbedarf durch die Erkrankung von großer Bedeutung. Schlecht eingestellte Diabetiker, aber auch solche mit Nährstoffmängeln, haben ein deutlich erhöhtes Risiko für Gefäßerkrankungen. Betroffen sind Augen, Nieren aber auch Gefäße in den Füßen. Dazu kann es zu einer Schädigung des Nervensystems und des Herzmuskels kommen. Auch die Wundheilung ist beim Diabetiker verzögert.

Diabetes beeinflusst nicht nur den Kohlenhydrat- sondern auch den Fett- und Eiweißstoffwechsel. Daher ist eine vollwertige Ernährung die Basis jeder Therapie. Komplexe Kohlenhydrate, wie Gemüse

und Vollkornprodukte, ungesättigte Fette, wie im Meeresfisch und eine moderate Menge an Eiweiß (z. B.: Fleisch, Fisch und Hülsenfrüchte) gelten als unerlässlicher Grundlage eines langen Lebens.

Hier ein kurzer Überblick welche Nährstoffe dem Diabetiker fehlen und warum:

In der Entstehung der Gefäßschäden spielt oxidativer Stress eine wesentliche Rolle. Durch ausreichende Zufuhr von **Antioxidantien**, zu denen **Vitamin C, E** und **Alpha Liponsäure** zählen, können die Veränderungen an körpereigenen Eiweißstrukturen (z. B. der HbA1c) reduziert werden. Das schützt die innerste Zellschicht, das Endothel, unserer Gefäße.

Die **Vitamine der B- Gruppe** spielen als Coenzyme im Kohlenhydratstoffwechsel eine

wichtige Rolle. Der Diabetiker hat zum einen erhöhten Bedarf, zum anderen einen erhöhten Verlust an B-Vitaminen über die Niere. Ein Mangel an den Vitaminen B1, B6 und B12 ist eine mögliche Ursache für Schädigung der Nervenzellen, die sich als diabetische Neuropathie zeigen. Anzeichen dafür können Taubheitsgefühle in den Beinen, aber auch Erektionsstörungen sein.

Wurde bereits eine diabetische Neuropathie diagnostiziert, lassen sich die Beschwerden durch die Zufuhr von Nährstoffen verbessern. Hier kommen die Zellbausteine UMP (Uridinmonophosphat) und CMP (Cytidinmonophosphat) zum Einsatz. Zusätzlich wird Citicolin zur Aufrechterhaltung der Nervenzellmembranen eingesetzt. Diese Nährstoffe finden sich alle im Produkt neuroLoges®concept.

Auch **Magnesium** wird bei Zuckerkranken vermehrt über die

Nieren ausgeschieden. Leider erschwert ein niedriger Magnesiumspiegel die Blutzuckereinstellung und erhöht die Insulinresistenz. Betroffene benötigen somit höhere Insulindosen um den Blutzuckerspiegel ausreichend zu senken.

Ebenso ist eine erhöhte **Zinkausscheidung** über die Niere zu erwähnen. Insbesondere Patienten, die zusätzlich ACE Hemmer (Lisinopril, Ramipril etc.) zur Blutdrucksenkung einnehmen müssen, sind mit einem Zinkdefizit konfrontiert. Auftreten von Hautpilzerkran-

kungen, schlechte Wundheilung und Geschmacksstörungen sind Zeichen eines Zinkmangels. Auch weiße Flecken auf den Fingernägeln sind ein Indikator für einen Mangel.

Chrom ist als Bestandteil des Glucosetoleranzfaktors an der Stabilisierung des Zuckerspiegels beteiligt. Chrommangel beeinflusst aber nicht nur den Blutzuckerspiegel, sondern auch die Blutfettwerte. Ausreichende Chromversorgung reduziert nicht nur den Nüchternblutzucker, sondern auch den HbA1c Wert.

Hypertriglyceridämie ist ein Risikofaktor für Herzinfarkte. Ein erhöhter Triglyceridspiegel, ein spezieller Blutfettwert, ist auch ein Anzeichen für Insulinresistenz. Langkettige ungesättigte **Omega 3 Fettsäuren** werden bei Hypertriglyceridämie therapeutisch eingesetzt. Sie wirken lipidsenkend, schützen das Gefäßendothel und wirken Gefäßverschlüssen entgegen.

Zögern Sie nicht uns auf das Thema Nährstoffe bei Diabetes anzusprechen. Wir beraten Sie gerne.



Immunabwehr

immunLoges® direkt – umfassende, natürliche Unterstützung für das Immunsystem mit Spirulina-Extrakt, Beta-Glucan, Selen, Zink sowie Vitamin C und D.



Apothekenexklusiv

Weitere Informationen
unter www.loges.at ·
Dr. Loges Österreich GmbH ·
5300 Hallwang · info@loges.at

DR. LOGES 
ganz meine Natur

Omega-3- wertvolle Fettsäuren



Mag. pharm. Bärbel Hosp

Omega-3-Fettsäuren gehören zu den sogenannten **essentiellen, mehrfach ungesättigten Fettsäuren**, die unser Körper nicht selbst herstellen kann.

Drei davon sind für uns besonders wichtig:

Zum einen die **pflanzliche Alpha-Linolensäure (ALA)**. Sie ist in Leinöl, Walnussöl, Hanföl, Chiaöl, sowie in Rapsöl enthalten. Zum anderen die beiden besonders stoffwechselaktiven Omega-3-Fettsäuren **Eicosapentaensäure (EPA)** und **Docosahexaensäure (DHA)**. Unser Körper kann sie aus ALA zu einem sehr geringen Teil von < 10 % selbst herstellen. Eine rein pflanzliche Ernährung ist daher oft nicht ausreichend, um den Bedarf an EPA und DHA zu decken.

In besonders hohen Konzentrationen sind EPA und DHA in fetten Kaltwasser-Meerestischen, in Krill und bestimmten Mikroalgen enthalten.

Tatsächlich sind Omega-3-Fettsäuren von großer Bedeutung für den menschlichen Stoffwechsel. Als Baustein unserer Zellmembranen halten sie die Hüllen der Zellen geschmeidig. Zudem werden sie für die Produktion verschiedener körpereigener Botenstoffe (Hormone) und Gallensäure benötigt. Über dies bringen Omega-3-Fettsäuren Entzündungsvorgänge zum Abklingen.

In jeder Lebensphase wichtig

- Schwangerschaft & Stillzeit: DHA unterstützt die Entwicklung von Gehirn, Augen und Nervensystem beim Fötus und Säugling.
- Kinder & Jugendliche: DHA fördert Konzentration, Aufmerksamkeit und Lernfähigkeit. Auch bei ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung) zeigen sich positive Wirkungen. Je höher der Anteil dieser gesunden Fettsäure in den Zellmembranen ist, desto besser arbeiten unsere Nervenzellen.

- Erwachsene & Senioren: Studien zeigen, dass eine ausreichende Omega-3-Versorgung die kognitiven Funktionen erhalten, entzündliche Prozesse reduzieren und die Herz-Kreislauf-Gesundheit unterstützen. Zudem zeigen Untersuchungen positive Effekte bei Depressionen, sowie bei chronisch-entzündlichen Erkrankungen wie rheumatoider Arthritis, Psoriasis oder Neurodermitis.

Die Blutfettwerte beschreiben die Konzentrationen von Cholesterin und Triglyzeriden im Blut, darunter das „gute“ HDL-Cholesterin und das „schlechte“ LDL-Cholesterin. LDL-Cholesterin kann sich an den Gefäßwänden anlegen und zur Atherosklerose führen. HDL-Cholesterin hingegen transportiert überschüssiges Cholesterin zurück zur Leber, wo es abgebaut wird. Ein hoher HDL-Wert gilt daher als schützend und erstre-



www.norsan.at

benswert. Auch erhöhte Triglyzeridwerte, besonders in Kombination mit Bluthochdruck, Insulinresistenz oder erhöhtem LDL, erhöhen das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Atherosklerose, eine Gefäßerkrankung bei der sich Ablagerungen (sogenannte Plaques) bilden und den daraus folgenden Herz-Kreislauf-Erkrankungen, haben erhöhte Blutfettwerte als Ursache. Die Zufuhr von Omega-3 verhindert, dass sich diese Plaques lösen und es zu Gefäßverschlüssen kommt.

Heutzutage enthält unsere Nahrung viel mehr Omega-6- als Omega-3-Fettsäuren. Dabei sollte das Verhältnis Omega-6 zu Omega-3 zwischen 1:1 und 5:1 liegen. Somit ist für die ausreichende Versorgung mit Omega-3

nicht nur ausschlaggebend, wie viel Fisch oder Leinöl man isst, sondern auch die „Gesamtbilanz“ der aufgenommenen Fette.

Damit Omega-3-Fettsäuren im Körper gut wirken können, darf unsere Ernährung nicht zu viele Omega-6-Fettsäuren enthalten. Die Omega-6-Fettsäuren stecken in Sonnenblumen- und Distelöl und in fertig verarbeiteten Lebensmitteln. Unser Stoffwechsel verarbeitet Omega-6- und Omega-3-Fettsäuren mithilfe desselben Enzyms. Sind alle Enzyme mit Omega-6-Fettsäuren "besetzt", kann der Körper kein Omega-3 aufnehmen.

Die maximal empfohlene **Tagesdosis** beträgt rund 2000 mg EPA und DHA. Höhere Dosen können eine Blutverdünnung verursachen bzw. bei gleichzei-

tiger Einnahme blutverdünnende Medikamente diese erhöhen.

Für **Veganer** gibt es hochwertige **Algenöle** als Alternative zum Fischöl. Alle Omega-3-Fettsäurevarianten sind als Kapseln oder Öle verfügbar. Besonders praktisch: Flüssige Produkte lassen sich unkompliziert in den Alltag integrieren, z. B. eingerührt in Joghurt, Müsli, Smoothies oder als Salatdressing.

Achten Sie beim Kauf auf Produkte mit hoher Reinheit, geprüfter Herkunft und ausreichend hohem Gehalt an EPA und DHA. Bewährte Marken wie Norsan®, Burgerstein® und Dr. Böhm® bieten geprüfte Qualität und sind gut verträglich. Sie sehen, Omega-3-Fettsäuren sind wahre Multitalente für unsere Gesundheit!

Coenzym Q10- unser Kraftpaket

Mag. pharm. Valentin Höfer

Coenzym Q10, auch als Ubichinon bezeichnet, ist eine vitaminähnliche Substanz, die im menschlichen Körper eine lebenswichtige Rolle einnimmt. Wohlbekannt ist Coenzym Q10 für seine zentrale Rolle in der Energieproduktion der Zellen, sowie für seine antioxidative Wirkung.

In den Mitochondrien, das sind die „Kraftwerke“ unserer Zellen, wandelt Coenzym Q10 die Energie aus der Nahrung in ATP (Adenosintriphosphat) um. Steht unserem Körper nicht genügend Coenzym Q10 zur Verfügung, kann er auch weniger ATP erzeugen. Das kann sich durch körperliche Müdigkeit und geistige Leistungseinbußen und Muskelschmerzen äußern. Jene Organe, die viel Energie brauchen, wie Herz, Lunge, Leber, Nieren und Mus-

keln, enthalten deshalb besonders viel Coenzym Q10.

Ubichinol ist die reduzierte Form von Coenzym Q10 und gilt als potentes Antioxidans. Es wird vom Körper aus dem zugeführten Ubichinon hergestellt. Mit zunehmendem Alter ist dieser Umwandschritt allerdings eingeschränkt und die Aufnahme reduziert. Ubichinol schützt unsere Zellen vor oxidativem Stress. Es wirkt wie ein Schutzschild gegen sogenannte freie Radikale. Das sind schädliche Teilchen, die durch Umweltverschmutzung, Sonnenstrahlung, Stress oder ungesunde Ernährung im Körper entstehen. Diese freien Radikale können wichtige Bestandteile der Zellen und sogar das Erbgut (DNA) angreifen und beschädigen. Ubichinol neutralisiert diese freien Radikale. So hilft es, die Zellen gesund zu halten und kann möglicherweise auch den Alterungsprozess verlangsamen.

Natürliche Quellen für Coenzym Q10 sind Fleisch (insbesondere Innereien), Fisch, Nüsse, Hülsenfrüchte und pflanzliche Öle. Die Mengen in der Nahrung sind jedoch sehr begrenzt. So müssten ca. 1 kg Sardinen pro Tag zugeführt werden um genügend Coenzym Q10 aufnehmen zu können. Zudem ist Coenzym Q10 sehr hitzeempfindlich und



wird beim Kochprozess zerstört.

Der Körper kann Coenzym Q10 selbst bilden, jedoch nimmt die körpereigene Produktion stetig mit zunehmendem Alter (40–50 Jahre) ab. Der verminderte Coenzym Q10-Spiegel wirkt sich negativ auf die Energiebereitstellung im Körper aus. Chronische Erkrankungen wie z.B. Herzinsuffizienz (Herzschwäche), Diabetes mellitus oder neurodegenerativen Erkrankungen (z.B. Morbus Parkinson) erhöhen den Bedarf an Coenzym Q10 und profitieren von einer verstärkten Aufnahme.

Die cholesterinsenkenden Statine wie Atorvastatin, Rosuvastatin oder Simvastatin hemmen die körpereigene Cholesterinbildung. Eine Reduktion des Cholesterinspiegels reduziert das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall. Jedoch unterbrechen Statine damit auch die Bildung von Coenzym Q10. Auch hier ist eine zusätzliche Zufuhr von Coenzym Q10 sinnvoll (Dr. Böhm Coenzym Q10, Petrus Coenzym Q10). Eine weitere Anwendung findet Coenzym Q10 als begleitende Therapie bei Parodontose und Zahntaschen. Dabei wird es di-

rekt auf die Mundschleimhaut aufgetragen (Paromit®).

In der Kosmetik findet man Coenzym Q10 in zahlreichen Hautcremes. Sie sollen den im Alter zunehmenden Mangel an Q10 ausgleichen, den Abbau von schädlichen Radikalen sicherstellen, die Kollagenproduktion fördern, Hautschäden reparieren und dadurch die Bildung von Falten reduzieren.

Auch in der Kosmetiklinie Dermaviduals® wird Coenzym Q10 häufig als Anti-Aging-Wirkstoff zugesetzt, um der Hautalterung entgegenzuwirken.

Wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass die Einnahme von Coenzym Q10 die Herzfunktion verbessern, Müdigkeit verringern und das generelle Wohlbefinden steigern

kann. Insbesondere nach viralen Erkrankungen, wie Covid oder Grippe wird die Rekonvaleszenz beschleunigt. Coenzym Q10 ist ein unverzichtbarer Bestandteil für die Energieversorgung unserer Körperzellen und schützt uns vor schädlichen Einflüssen. Es somit ein wichtiger Faktor für Gesundheit und langanhaltende Vitalität.



Neurodermitis bei Kindern



PKA-Team

Wenn Kinder unter Neurodermitis leiden, ist das für die ganze Familie belastend. Trockene, juckende Haut und nächtliches Kratzen stören nicht nur den Schlaf der Kleinen – auch Eltern fühlen sich oft hilflos. Doch mit der richtigen Pflege lässt sich die empfindliche Haut beruhigen und langfristig stärken. Wichtig dabei ist, Produkte zu wählen, die ganz auf die besonderen Bedürfnisse der Kinderhaut abgestimmt sind. In Ihrer Apotheke finden Sie unter anderem zwei bewährte Pflegeserien: **Dermaviduals®** und **Ceramol®** – moderne Barrierepflegen auf dem neuesten Stand der dermatologischen Forschung, die speziell für sehr empfindliche und therapiebedürftige Haut geeignet sind. Die Haut von Kindern mit Neurodermitis reagiert besonders empfindlich, da ihre natürliche Schutzbarriere geschwächt ist. Feuchtigkeit geht schneller verloren, während Keime und Reizstoffe leichter eindringen

können. Das Ergebnis sind entzündete, gerötete Hautstellen – oft in den Armbeugen, Kniekehlen oder im Gesicht. Eine konsequente Pflege, die die Hautbarriere gezielt aufbaut und gleichzeitig beruhigt, ist daher entscheidend. Dabei sollten Inhaltsstoffe möglichst reizarm sein, frei von Duftstoffen, Konservierungsmitteln oder unnötigen Zusätzen.

Dermaviduals® eignet sich besonders für Kinder mit sehr sensibler Haut. Das Besondere: Die Produkte werden direkt in der Apotheke individuell gemischt – abgestimmt auf den aktuellen Hautzustand. Zum Einsatz kommen dabei beispielsweise DMS-Cremes mit hautähnlichen Lipiden, Liposomen mit entzündungshemmenden Wirkstoffen oder pflegende Zusätze wie Nachkerzenöl oder Panthenol. So entsteht eine exakt angepasste Pflege, die sowohl im Alltag, als auch in akuten Phasen zuverlässig unterstützt.

Auch die medizinische Pflegeserie **Ceramol®** hat sich als feste Größe etabliert. Sie wurde gezielt für barrieregestörte Haut entwickelt und eignet sich bereits für Babys. Im Zentrum der Formulierungen stehen hautverwandte Lipide wie Ceramide, Cholesterin und Fettsäuren. Diese stärken die Hautbarriere auf besonders schonende Weise. Da Ceramol® vollständig auf Duftstoffe, Alkohol, Farbstoffe und Konservierungsmittel verzichtet, ist die Verträglichkeit auch bei allergiegefährdeter Haut sehr hoch.

Wichtig zu wissen: Nicht nur die Wahl des richtigen Produkts ist entscheidend – auch die Regelmäßigkeit macht den Unterschied. Eine sanfte, aber konsequent durchgeführte Pflegeroutine hilft dabei, Schübe zu verhindern und die Haut langfristig zu stabilisieren.

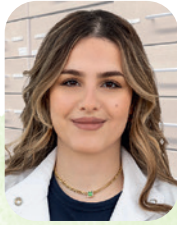
Sprechen Sie uns an – wir nehmen uns Zeit für Sie.

Das Team



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

Arzneimittel, Reisemedizin,
Tiermedizin, Homöopathie,
Spagyrik



PKA
**ISRAA
ALELAYAWI**

Kosmetik, Visagistik,
Warenwirtschaft



Mag. pharm.
**EVA
EIGNER**

Medikationsmanagement,
Kinder, Phytotherapie



PKA
**SARAH
HEIDENBAUER**

Kosmetik, Magistrale,
Marketing

*derzeit in
Karenz*



Mag. pharm.
**BÄRBEL
HOSP**

Arzneimittel, Darmgesundheit,
Homöopathie, Reiseberatung



Mag. pharm.
**VALENTIN
HÖFER**

Arzneimittel, orthomolekulare
Medizin, Impfberatung,
Darmgesundheit



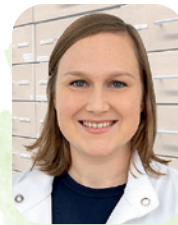
PKA-Lehrling
**SANDRA
MANDL**

Warenübernahme, magistrale
Rezeptur, Kosmetik



PKA
**BETTINA
NEKOLAR**

Warenwirtschaft, Magistrale,
Homöopathie



Mag. pharm.
**LENA
PFLEGER**

Krankenstands- und
Urlaubsvertretung

*derzeit in
Karenz*



**REGINA
THUMFORT**

Reinigung



Mag. pharm.
**KATHARINA
WEIS**

Medikationsanalyse, Phyto-
therapie, orthomolekulare
Medizin, Darmgesundheit



**LAURA-MARIE
ZEHENTNER**

Studentische Mitarbeiterin

