

Tipps aus der Neustadt-Apotheke:

Im Gespräch mit Kirsten Hildebrandt

Apothekerin e.K. Kirsten Hildebrandt führt seit dem Juli 2008 die Neustadt-Apotheke in der Hannoverschen Neustadt. Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 8.00 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 18.30 Uhr, Samstag, 8.30 bis 13.00 Uhr. Bei Bedarf steht ein kostenloser Lieferservice zur Verfügung.

Welche Ratschläge geben Sie Allergikern, die nach dem Einzug des Frühlings wieder mit Einschränkungen ihres Wohlbefindens rechnen müssen?

Der eingezogene Frühling bedeutet für Allergiker, dass trotz all seiner Schönheiten für sie wieder eine unangenehme Zeit beginnt: Heuschnupfen lässt die Nase kribbeln, laufen und die Augen tränen. Hier gibt es Abhilfe in Form eines kortisonhaltigen, frei verkäuflichen Nasensprays. Es wirkt antiallergisch und antientzündlich. Der Wirkstoff verbleibt auf den Schleimhäuten und geht nur zu weniger als 1 % systemisch über, so dass das Spray die ganze Saison über genutzt werden kann. 1 x täglich angewendet bietet es Schutz für 24 Stunden und lindert durch einen Reflexweg auch die Symptomatik der Augen. Da das Nasenspray lokal wirkt, verträgt es sich gut mit anderen Medikamenten. Es kann bei Bedarf mit antiallergischen Tabletten kombiniert werden. Auch bei Langzeitanwendung tritt kein Gewöhnungseffekt ein.

Dass es in den letzten Jahren eine Zunahme bösartiger Hauterkrankungen gegeben hat, stand bereits mehrfach im Fokus von Medienberichten? Welche Erfahrungen haben Sie in dieser Hinsicht gemacht?

Die Haut betreffende Erkrankungen sind tatsächlich ein großes Thema, das mit zunehmender Sonneneinstrahlung beachtet werden muss. Uns fällt auf, dass aktinische Keratosen bei unseren Kunden deutlich zunehmen. Hier handelt es sich um chronische Schädigungen der verhornten Oberhaut, die durch langjährige Einwirkung von Sonnenlicht (UV Strahlen) entstehen. Die Haut ist dort sehr schuppig und leider geht die Keratose häufig in eine Form des Hautkrebses über. Wir weisen immer gern darauf hin, dass der Sonnenschutz zu jeder Zeit gegeben sein muss, nicht nur, wenn man direkter Sonneneinstrahlung ausgesetzt ist. Die Strahlung erreicht uns auf dem Weg zur Arbeit oder beim Einkaufen. Deshalb ist es wichtig, dass gerade empfindliche

Personen auch im Alltag einen effektiven Sonnenschutz verwenden. Hier sollte man genau schauen, welches Produkt zur Anwendung kommt. Viele Tagescremes sind mit einem UV-Schutz versehen. Hierbei ist aber Vorsicht geboten, da oft nur UVB-Strahlen abgehalten werden. Der entscheidende Einfluss für die Entstehung der Hautschädigung und des Krebses geht aber von den UVA-Strahlen aus, gegen die hier keine Eindämmung erfolgt. Vor der Auswahl eines Cremes sollte auf jeden Fall eine ausführliche Beratung vorangehen.

Haben Sie noch einen gesundheitlichen Tipp, der unsere Leser nicht nur im Frühling oder Sommer betreffen kann?

Wen häufig Muskelkrämpfe, Schwäche, Kribbeln oder ähnliches plagen, leidet oftmals unter einem Magnesium-Mangel. Dieser führt zu solchen und anderen Symptomen. Hier kann eine schnelle Linderung erzielt werden. Magnesium trägt zu einer normalen Funktion von Muskeln und Nervensystem bei. Es ist wichtig für Personen, die durch Arbeit oder Sport starken Belastungen ausgesetzt sind. Auch für Senioren oder im Rahmen einer Diät ist Magnesium wichtig, da hier generell die Nahrungsaufnahme sinkt, während der Magnesiumbedarf unverändert bleibt. Magnesium ist erhältlich als Direkt-Granulat, welches sich ohne Wasser einnehmen lässt, als Trinkgranulat sowie in Tabletten- oder Kapselform.



Die Mitarbeiterinnen der Neustadt-Apotheke



Neustadt - Apotheke
Kirsten Hildebrandt e.K.
Hannoversche Neustadt 49
31303 Burgdorf

Telefon: 0 51 36 - 52 78
Telefax: 0 51 36 - 89 51 76
www.neustadtapotheke.com