

Pollen, Milben, Tierhaare: Allergien im Vormarsch

Die Zahl der Allergiker in Österreich nimmt weiter zu, mittlerweile leidet rund ein Drittel der Erwachsenen an einer Allergie, viele davon an Heuschnupfen. Typische Beschwerden wie eine rinnende Nase, tränende Augen und Juckreiz begleiten Betroffene oft über Wochen. Hauptauslöser sind Pollen von Bäumen wie Birke, Gräsern und Kräutern, aber auch Hausstaubmilben oder Tierhaare spielen eine Rolle. Mit dem Klimawandel beginnt die Pollensaison immer früher im Jahr und dauert länger.

Aggressives Ragweed

Besonders problematisch ist das aggressive Ragweed, dessen Pollen die Belastung zusätzlich erhöhen. Heuschnupfen sollte nicht unterschätzt werden. Unbehandelt kann er die Lebensqualität deutlich beeinträchtigen und birgt das Risiko, in



Ragweed ist eine hochallergene Pflanze.

Foto: Pixabay

chronisches Asthma überzugehen. Eine frühzeitige Diagnose beim Hausarzt ist wichtig, moderne Tests wie Prick-Tests oder Antikörperrnachweise liefern rasch Klarheit. Für die Behandlung stehen Antihistaminika, Nasensprays mit Kortison und Immuntherapien zur Verfügung – letztere können auch als Tablette eingenommen werden und bieten langfristige Linderung. (mak)

Wallungen

Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen & Co im Wechsel sanft und hormonfrei entgegenwirken.

Meist zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr macht der weibliche Körper eine Veränderung durch: den „Wechsel“. Die Eierstöcke produzieren weniger Hormone (darunter Östrogen). Dadurch wird auch das Temperaturniveau im Gehirn beeinflusst und der Körper reagiert schneller auf Temperaturschwankungen, zum Beispiel mit Hitzewallungen und Schweißausbrüchen. Vor allem nachts können diese zu einem unangenehmen Problem werden und einem den Schlaf rauben. Rund zwei Drittel der Frauen im Wechsel leiden an solchen Beschwerden – besonders jetzt in der warmen Jahreszeit ist der Leidensdruck hoch.

Linderung durch Isoflavone

In schweren Fällen kann mit dem Arzt eine Hormonersatztherapie besprochen werden – viele Betroffene bevorzugen allerdings natürliche Mittel. Die aktuellen S3-Leitlinien, das sind die wichtigsten Entscheidungshilfen für Mediziner, empfehlen als überlegenswerte Alternative auch bestimmte Pflanzenstoffe: nämlich sogenannte Isoflavone aus Soja und Rotklee.



„Isoflavone haben einen harmonisierenden Effekt im Körper.“

Foto: privat

BETTINA WENDL

„Sie haben einen harmonisierenden Effekt im Körper und wirken den Folgen des Hormonabfalls entgegen, ohne selbst Hormone zu sein“, meint Bettina Wendl, Frauenärztin in Baden. Neben ihrer nachweislich

Wenn die Schilddrüse auf Sparflamme läuft

Schilddrüsenerkrankungen sind auf dem Vormarsch und entwickeln sich zur Volkskrankheit. Besonders die Autoimmunerkrankung Hashimoto-Thyreoiditis – eine Form der Unterfunktion – betrifft in Österreich rund 500.000 Menschen, vor allem Frauen. Die Schilddrüse, eine nur etwa 20 Gramm schwere schmetterlingsförmige Drüse unterhalb des Kehlkopfs, steuert mit ihren Hormonen T3 und T4 nahezu alle Körperfunktionen – von Energieverbrauch, Herzfrequenz und Cholesterinspiegel bis hin zu Wachstum, Fruchtbarkeit und seelischem Gleichgewicht. Sie wirkt wie das Gaspedal des Körpers: Bei Überfunktion läuft er auf Hochtouren, bei Unterfunktion (Hypothyreose) auf Sparflamme. Produziert die Schilddrüse zu wenig Hormone, verlangsamt sich der Stoff-



Die Schilddrüse wird mittels Ultraschall untersucht.

Foto: Smartpix

wechsel. Häufige Folgen sind Müdigkeit, Gewichtszunahme trotz Diät, depressive Verstimmungen, Kälteempfindlichkeit, trockene Haut, brüchige Haare, Verstopfung, Libidoverlust und Zyklusstörungen bis hin zu Unfruchtbarkeit. Da diese Beschwerden unspezifisch sind, bleiben Betroffene oft lange ohne Diagnose. Umso wichtiger ist es, die Warnsignale ernst zu nehmen und bei Verdacht gezielt ärztlichen Rat einzuholen. (mak)

Testwochen

01.08. - 30.09.2025

Cool bleiben, wenn's heiß wird!



Salbei - gegen übermäßiges Schwitzen*

JETZT SPAREN
-3€

-3€ Rabatt-Gutschein

Aktion gültig von 01.08. bis 30.09.2025 (nicht kumulierbar)

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. *Salvia officinalis trägt zu einer normalen Schweißbildung bei.



In Kooperation mit APOVERLAG

im Wechsel

positiven Wirkung bei Hitzewallungen zeigten Studien auch positive Effekte in vielen anderen Bereichen, etwa bei Stimmungsschwankungen und der Schlafqualität.

Ergänzung durch Salbei

Eine der unangenehmsten Begleiterscheinungen der Wechseljahre ist für viele Frauen das nächtliche Schwitzen. Betroffene müssen oft mitten in der Nacht duschen gehen, den Schlafanzug wechseln oder gar das Bett neu beziehen. Und das unter Umständen mehrmals – an erholsame Nachtruhe ist nicht mehr zu denken. Hier hat sich als Ergänzung zu Soja und Rotklee noch eine andere Pflanze bewährt: der Salbei. Er reduziert laut zahlreichen Studien sowohl die Anzahl als auch die Stärke nächtlicher Schweißausbrüche um bis zu zwei Drittel. Um ein passendes Kombina-



Häufiges Menopause-Symptome: Hitzewallungen.

Foto: smarterpix.com

tionspräparat aus Isoflavonen und Salbei zu finden sowie bezüglich richtiger Anwendung und Dosierung, ist es ratsam, sich in der Apotheke beraten zu lassen. All diese Punkte sind wichtig, um die optimale Wirkung der Pflanzenstoffe zur Besserung von Wechseljahresbeschwerden zu erreichen.



Nach Waldspaziergängen, Gartenarbeit etc. sollte man gründlich kontrollieren, ob man von Zecken befallen wurden.

Foto: Unsplash.com

Zeckensaison: Neue Wege gegen die Lyme-Borreliose

Die Lyme-Borreliose ist in Österreich die mit Abstand häufigste durch Zecken übertragene Krankheit. Während in Mitteleuropa etwa 20 bis 30 Prozent – lokal sogar bis zu 40 Prozent – der Zecken mit Borrelien infiziert sind, tragen nur rund ein bis zwei Prozent der Zecken das FSME-Virus.

An einer Impfung gegen die Borreliose wird intensiv geforscht, und ein Kandidat be-

findet sich derzeit in der Phase-3-Studie. Auch eine innovative Antikörper-Therapie gibt Hoffnung. Ein Forschungsteam der MedUni Wien hat bedeutende Fortschritte im Verständnis des Infektionsmechanismus erzielt und einen möglichen Weg für die Entwicklung zielgerichteter Therapien aufgezeigt, die nicht – wie bisherige Behandlungen – auf Antibiotika beruhen. (mak)

Insekten: Was tun, wenn Stiche gefährlich werden

In der warmen Jahreszeit sind Insekten allgegenwärtig – meist sind ihre Stiche harmlos und heilen mit kühlen Umschlägen rasch ab. Ernst wird es jedoch bei Stichen im Mund oder Rachen, warnt Rotkreuz-Chefarzt Wolfgang Schreiber: „Hier drohen akute Atemprobleme, daher sollte sofort der Notruf gewählt werden. Erste Maßnahmen sind das Entfernen des Stachels, wenn möglich, aufrechte Lagerung bei Atemnot, Kühlung von innen, durch Lutschen von Eiswürfeln“.

Besonders gefährlich sind Insektenstiche für Allergiker. Ein allergischer Schock nach Wespen- oder Bienenstich kann lebensbedrohlich sein und im schlimmsten Fall zum Atem- und Kreislaufstillstand führen. Warnzeichen sind starke Hautrötungen, Schwellungen und Juckreiz über größere Körperflächen. In einem solchen Fall



Für Allergiker kann ein Wespenstich brenzlich werden.

Foto: Pixabay

muss zügig gehandelt werden: „Unterstützen Sie Betroffene beim Einnehmen ihrer Notfallmedikamente. Ist die Person nicht mehr ansprechbar, aber atmet, folgt die stabile Seitenlage. Bleibt die normale Atmung aus, beginnen Sie sofort mit Wiederbelebensmaßnahmen. Wer bereits als Allergiker bekannt ist, sollte im Sommer immer sein Notfallset griffbereit haben“, so Schreiber. (mak)

Dr. Böhm®

ALLES FÜR
SCHWITZEN
IM WECHSEL



Nur 1x
täglich

Nahrungsergänzungsmittel

Die Wechseljahre, oft verbunden mit Hitzewallungen oder übermäßigem (nächtlichem) Schwitzen, machen vielen Frauen das Leben schwer. Immer mehr Betroffene wollen die Probleme pflanzlich und hormonfrei in Angriff nehmen. Genau dafür bietet Dr. Böhm® Isoflavon + Salbei eine effektive Kombination:

- ✓ Hochdosierter Salbei bei häufigem Schwitzen
- ✓ Isoflavone – empfohlen von Gynäkologen
- ✓ Garantiert hormonfrei

Qualität aus
Österreich.

„Ich habe höllische Fußschmerzen, kann nachts kaum schlafen.“ (Pia F.)

Füße unter Strom: Was helfen kann, wenn die Nerven auf Dauerspannung sind

Brennende Schmerzen in Beinen oder Füßen rauben Ihnen den Schlaf? Oft sind die Nerven schuld. Restaxil Tropfen (Apotheke, rezeptfrei) können bei nervenbedingten Schmerzen wirksame Hilfe leisten.

Zahlreiche Österreicher leiden unter brennenden Schmerzen in Beinen oder Füßen, die häufig durch ein Kribbeln oder Taubheitsgefühle begleitet werden. Oft stecken die Nerven dahinter. Durch Stoffwechselstörungen wie z. B. Diabetes können diese gereizt oder geschädigt werden. Die Folge: Nervenschmerzen.



Kribbelnde Füße, brennende Schmerzen oder ein Gefühl, als würde man vom Strom durchflossen: All das können Symptome von Nervenschmerzen sein.

Nervenschmerzen richtig behandeln

Bisher greifen Betroffene häufig zu klassischen Schmerzmitteln. Schmerz-Experten weisen jedoch ausdrücklich darauf hin, dass NSAR wie Ibuprofen oder Aspirin bei Nervenschmerzen keine Wirkung zeigen. Deshalb haben Wissenschaftler Restaxil Tropfen entwickelt, die speziell zur Behandlung von Nervenschmerzen zugelassen und gut verträglich sind.

5-fach-Wirkkomplex gegen Nervenschmerzen

Das Besondere an Restaxil: der 5-fach-Wirkkomplex. Der Arzneistoff Iris versicolor kommt beispielsweise bei ziehenden, brennenden Schmerzen bis in die Füße zum Einsatz. Cimicifuga racemosa hat sich bei neuralgischen Schmerzen sowie Taubheitsgefühlen bewährt.

Genial: Die natürlichen Schmerztropfen sind auch für

die Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet. Sie schlagen nicht auf den Magen und haben keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen.

Für Ihre Apotheke:
Restaxil Tropfen
(PZN 4954185)

www.restaxil.at

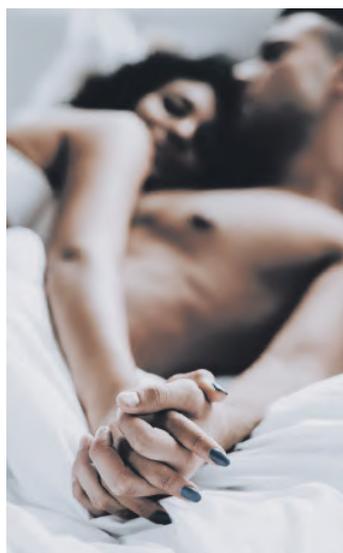
Nervenschmerzen?
Natürlich
Restaxil®



Restaxil®

Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert

RESTAXIL Tropfen, Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Dil. D2, Spigelia anthelmia Dil. D2, Iris versicolor Dil. D2, Cyclamen purpurascens Dil. D3, Cimicifuga racemosa Dil. D2. Homöopathische Arzneispezialität bei Nervenschmerzen und Kopfschmerzen. • Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.



Sanfte Hilfe für harte Nächte

Mehr Stehvermögen, mehr Selbstvertrauen, mehr Nähe – so kann's gehen

Sie sind ein aktiver Mann, aber haben im entscheidenden Moment mit Erektionsstörungen zu kämpfen, die zu Frust und Unzufriedenheit führen? Mit dem rezeptfreien Arzneimittel Neradin Tabletten (Apotheke) können Sie Beschwerden, verursacht durch sexuelle Schwäche, bekämpfen.

Zurück zu mehr Manneskraft
Eine mangelnde Durchblutung kann die Ursache für Potenzprobleme sein. Hier setzt die Wirk-

kraft der Arzneipflanze Turnera diffusa an, die in Neradin enthalten ist! Ihrem Wirkstoff wird ein durchblutungsfördernder Effekt auf die Schwellkörper des Mannes zugeschrieben.

Spontanen Sex wieder genießen

Die Wirksamkeit von Neradin ist nicht vom Einnahmezeitpunkt abhängig. Durch die regelmäßige Einnahme kann der Sex wieder spontan und aus der Leidenschaft des Moments heraus entstehen.

Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt.

Bekannt aus dem TV

Für Ihre Apotheke:

Neradin Tabletten
(PZN 4466770)



www.neradin.at

Abbildung Betroffenen nachempfunden

NERADIN Tabletten, Wirkstoff: Turnera diffusa Trit. D4. Homöopathische Arzneispezialität bei Beschwerden, verursacht durch sexuelle Schwäche. www.neradin.at • Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.