

FGM/C auch in Österreich Thema

Hilfe und Unterstützung für Opfer weiblicher Genitalverstümmelung

Weibliche Genitalverstümmelung (FGM/C) ist eine schwere Menschenrechtsverletzung mit gravierenden gesundheitlichen Folgen. Unter FGM/C, Female Genital Mutilation/Cutting, versteht man „die teilweise oder totale Entfernung oder sonstige Verletzung der äußeren weiblichen Geschlechtsorgane aus nicht medizinischen Gründen“ (WHO, 2008). Weltweit sind nach Schätzungen von UNICEF rund 230 Millionen Mädchen und Frauen betroffen, Tendenz steigend. Anlässlich der ersten DACH-FGM-Konferenz in Wien betonte Familien- und Integrationsministerin Claudia Bauer die Tragweite: „Genitalverstümmelung ist keine harmlose Tradition oder Brauch in gewissen Ländern und Religionen, sondern pure körperliche Gewalt an kleinen Mädchen und an Frauen.“



Global sind 230 Millionen Frauen betroffen.

Foto: fernate/Smarterpix.com

Auch Österreich ist betroffen. Einer Studie der MedUni Wien zufolge leben hier rund 11.000 potenziell betroffene Frauen und Mädchen, bis zu 3.000 weitere gelten als gefährdet. Die gesundheitlichen Folgen reichen von wiederkehrenden Infektionen und chronischen Schmerzen über sexuelle Funktionsstörungen bis hin zu psychischen Belastungen und Komplikationen bei Geburten.

Eine zentrale Rolle bei Prävention und Früherkennung kommt dem Gesundheitswesen zu. „Jedes einzelne Opfer weiblicher Genitalverstümmelung ist eines zu viel“, so Harald Schlögel, Vizepräsident der Österreichischen Ärztekammer. Mit der österreichweiten FGM/C-Koordinationsstelle verfügt Österreich über ein europaweit einzigartiges Unterstützungsangebot. Seit 2022 wurden mehr als 1.000 Betroffene beraten und rund 3.000 Gesundheitsfachkräfte geschult. Ergänzend stärken neue Leitlinien der WHO sowie nationale Maßnahmen die Prävention. Fachleute sind sich einig: Aufklärung, klare gesetzliche Regelungen und gut vernetzte Beratungsstrukturen sind entscheidend, um Mädchen zu schützen und betroffene Frauen bestmöglich zu unterstützen. (PA/mak)



EXPERTENTIPP

Prof. Anita Frauwallner
Darmexpertin

Foto: Christian Jungwirth

Auf in die Ferien – sorgenfrei!

Der Sommer ist da und für viele heißt das: ab in den wohlverdienten Urlaub! Doch Vorsicht: Im Sommer und auf Reisen kann die Verdauung schnell aus dem Lot geraten – und das trübt die Freude. Die Urlaubszeit zählt zur schönsten Zeit des Jahres: entspannen, das warme Wetter genießen, neue Kulturen und Länder kennenlernen. Doch an vielen Reisezielen warten nicht nur schöne Landschaften und beeindruckende Sehenswürdigkeiten, sondern auch fremde Keime, die uns den Urlaub ordentlich vermiesen können. Je niedriger die Hygienestandards am Urlaubsort und je höher die Temperaturen, desto wahrscheinlicher ist es, dass der Urlaub auf der Toilette endet. Während viele schädliche Keime „nur“ unangenehm sind und ausgeschieden werden, können beispielsweise Salmonellen oder Shigellen problematischer sein; diese können in die Darmschleimhaut eindringen und dort immer wieder aktiv werden.

Darm urlaubsfit machen

Mein Tipp: Machen Sie Ihren Darm urlaubsfit mit der Unterstützung spezifisch kombinierter Bakterienstämme. OMNi-BioTIC® REISE ist die „Reiseversicherung“ für die ganze Familie. Wissenschaftlich fundiert und in Studien geprüft, ergänzen die Bakterienstämme die Darmflora – unliebsame Eindringlinge werden verdrängt. Auch als praktische Direkt-Sticks erhältlich. Sie sind ohne Wasser einnehmbar und ideal für unterwegs. omni-biotic.com WERBUNG



Achtsamkeit in Bewegung – Yoga verbindet weltweit.

Foto: unsplash

Namasté: Am 21. Juni ist Weltyogatag

Auch 2026 steht der Aktionstag im Zeichen von Achtsamkeit, Gesundheit und innerer Balance. Der Weltyogatag soll Menschen dazu ermutigen, sich bewusst Zeit für Entspannung, Bewegung und innere Ausgleichlichkeit zu nehmen. Gerade in einer zunehmend schnelllebigen und stressgeprägten Gesellschaft gewinnt Yoga für viele Menschen weltweit als ganzheitliche Praxis immer mehr an Bedeutung. Neben der Förderung von Beweglichkeit und Muskelkraft trägt regelmäßiges Yoga nachweislich auch zur Stressreduktion und mentalen Gesundheit bei. (JaS)



Fremde Keime nah und fern

Die Reiseversicherung für die ganze Familie.



Auch als Direkt-Stick



GUTSCHEIN € 4,-

* € 4,- Gutschein gültig für OMNi-BioTIC® REISE Sachets oder Direkt-Sticks (28 Stk.) bis 30.09.2026, einlösbar in Ihrer Apotheke. Keine Barablässe möglich, pro Person und Packung nur 1 Gutschein einlösbar. **Hinweis für Apotheken:** Eingelöste Gutscheine bitte Ihrem AllergoSan-Außendienst-Mitarbeiter übergeben. Art.-Nr. 87526

Institut
AllergoSan

www.omni-biotic.com



9 120117 913640

Warum die Kamille so wertvoll ist



Foto: Erika/Pixabay

Die Kamille startet in ihre Erntezeit und mit ihr ein Klassiker unter den Arzneipflanzen. Ihre zarten Blüten liefern ätherische Öle und entzündungshemmende Wirkstoffe, die seit Jahrhunderten geschätzt werden. Ob bei Magenbeschwerden, Hautreizungen oder Erkältungen: Kamille wirkt beruhigend, krampflösend und sanft desinfizierend. Geerntet wird am besten bei trockenem Wetter, wenn die Blüten voll geöffnet sind. Als Tee, Umschlag oder Inhalation bleibt sie ein vielseitiger Begleiter. (mak)

Wenn die Reise auf den Magen schlägt

Ungewohntes Essen, Stress und neue Rhythmen können auf Reisen schnell den Magen belasten.

Reisen erweitert den Horizont — kann aber auch den Magen-Darm-Trakt aus dem Gleichgewicht bringen. Viele kennen das Phänomen: Kaum im Urlaub angekommen, meldet sich der Bauch mit Unwohlsein, Blähungen oder sogar Durchfall. Gerade zu Beginn einer Reise reagiert der Körper oft sensibel auf neue Eindrücke und Gewohnheiten. Andere Essenszeiten, weniger Bewegung während der Anreise oder auch Nervosität können die Verdauung beeinflussen. Selbst positive Aufregung kann sich



Unterwegs reagiert die Verdauung oft empfindlicher.

Foto: unsplash

auf den Magen schlagen und vorübergehend Beschwerden auslösen.

Empfindlicher Magen

Ein häufiger Auslöser sind neue, oft fettigere oder stärker gewürzte Speisen, an die der Körper nicht gewöhnt ist. Auch Hygiene- und Wasser-

standards können je nach Reiseziel eine Rolle spielen. Doch nicht nur fremdes Essen kann den Bauch belasten. Auch die Umstellung des Tagesablaufs — etwa durch lange Flüge, Zeitverschiebungen oder unregelmäßige Mahlzeiten — bringt die Verdauung durcheinander. Vorbeugen lässt sich das mit ein paar einfachen Maßnahmen: Viel trinken, möglichst gut gegarte Speisen bevorzugen und bei empfindlichem Magen vorsichtig mit rohen Lebensmitteln oder Eiswürfeln sein. Auch regelmäßige Bewegung unterstützt die Verdauung. Wer zu Beschwerden neigt, kann zudem auf probiotische Nahrungsergänzung oder eine kleine Reiseapotheke mit geeigneten Medikamenten zurückgreifen. (JaS)

Reisefroh ohne Klo

Mit **S. Boulardii**
Empfehlung der WGO gegen Durchfall¹



BiOMii DF Restore

Damit die Reise **nicht** in die Hose geht!

JETZT
2€
SPAREN²



¹World Gastroenterology Organisation (WGO) Global Guidelines: Probiotics and Prebiotics, 2023.
²Gültig bis 30.06.2026 beim Kauf von BiOMii DF Restore Pulver-Sticks & Kapseln in allen teilnehmenden Apotheken. Hinweis für die Apotheke: Abrechnung über das ApoVerlag-Couponing.



Das Hörakustikunternehmen Hansaton präsentierte seinen neu gestalteten Flagshipstore „World of Hearing“.

Foto: Hansaton/Sonova

Hansaton bietet neues Hörerlebnis auf der Mahü

Hansaton hat seinen Flagshipstore „World of Hearing“ auf der Mariahilfer Straße neu gestaltet und rückt damit Hörgesundheit stärker ins öffentliche Bewusstsein. Denn Hörverlust entwickelt sich oft schleichend und beeinträchtigt Kommunikation, Teilhabe und Lebensqualität. „Gutes Hören ist ein wesentlicher Bestandteil von Lebensqualität, Selbstständigkeit und sozia-

ler Teilhabe“, so Thomas Perissutti, Geschäftsführer von Hansaton Österreich. Im neuen Hörerlebnisraum können Alltagssituationen realistisch simuliert werden. Moderne Beratung, digitale Technologien wie der 3D-Ohrscan und individuell anpassbare Hörlösungen zeigen, wie innovativ heutige Versorgung ist und warum frühzeitige Kontrolle entscheidend bleibt. (PA)

Veganes Kollagen wirkt schneller

Schöne Haut ist kein Zufall – sie ist das Ergebnis der richtigen Wirkstoffe von innen. **NIWI Kollagen Vegan** versorgt Ihren Körper gezielt mit pflanzlichen Aminosäuren für ein frisches, jugendliches Hautbild. Ein Komplex aus 16 abgestimmten Aminosäuren wird besonders gut aufgenommen – so wird die Kollagenbildung schneller unterstützt. Die vegane Formel gleicht bis zu 10 Jahre Kollagenverlust aus – für ein glatteres, strafferres und frischeres Hautbild. Ob als Tablette oder Brausetablette.

Sechs Wirkstoffe, die schlank machen

Die **RIXX Schlankheitstropfen*** fördern den Stoffwechsel, kurbeln die Fettverbrennung an und bremsen den Appetit. Sechs homöopathisch aufbereitete Wirkstoffe greifen gezielt ein: **Blasentag** und **Indianerhanf** regulieren Stoffwechsel und Wasserhaushalt, **Graphit** dämpft den Hunger, **Mariendistel** entgiftet die Leber, **Lebensbaum** aktiviert Darm und Lymphe, **Zink** bekämpft Erschöpfung – ganzheitliche Unterstützung bei der Gewichtsreduktion. Schlank werden, schlank bleiben ohne Jojo-Effekt.

Mein Zahnfleisch hat sich verändert

Meine Dentalhygienikerin hat es bemerkt: Seit Jahren hatte ich Entzündungen, Rückgang, Bluten und empfindliche Zähne. Auch Mundgeruch war ein Thema. Mit den **ZOM Zahnfleischtropfen*** wurde es besser: weniger Entzündung und Bluten, geringere Empfindlichkeit und ein deutlich frischerer Atem. Auch meine Dentalhygienikerin bestätigte die Verbesserung.



Schwimmen ohne Ohrenschmerzen

Badetag mit Nachspiel: Nach einem langen Tag im Wasser meldet sich nachts das Ohr – beim Kind mit Tränen, beim Papa mit gequältem Stöhnen aus dem Schlafzimmer. Die Mama? Weiß immer Rat. **Wie es dazu kommt:** Wasser, das nach dem Baden im Gehörgang zurückbleibt, ist selten sauber. Es bringt Keime mit und vermischt sich mit dem Ohrenschmalz zur perfekten Brutstätte für Bakterien. Kinder trifft es besonders hart, weil sie länger tauchen, häufiger springen und ihre Gehörgangshaut empfindlicher ist. Und der Pool? Leider keine Lösung – im Gegenteil: Chlor greift die natürliche Hautschutzbarriere im Ohr zusätzlich an.

Vor dem Baden: Cerustop Ohrenöl* reinigt das Ohr von überschüssigem Ohrenschmalz, ohne den Gehörgang zu reizen – damit Bakterien gar keinen Nährboden finden. Wattestäbchen sind tabu: Sie schieben das Schmalz nur tiefer und gefährden das Trommelfell. **Nach dem Baden: Normison Ohrentropfen*** trocknen den Gehörgang nach dem Baden zuverlässig und stärken die natürliche Hautschutzbarriere – für ein dauerhaft gesundes Ohr. **Cerustop und Normison** – damit der Badeurlaub am Strand endet, nicht beim Arzt.



Besenreiser: Früh erkennen, gezielt gegensteuern

Besenreiser sind mehr als nur ein kosmetisches Problem, sie sind oft erste Anzeichen einer beginnenden Venenschwäche. Die feinen roten oder blauen Äderchen zeigen, dass die Venen unter Druck stehen und die Venenklappen nicht mehr richtig arbeiten. Das Blut staut sich in den Beinen – Beschwerden wie schwere,

müde Beine, Spannungsgefühle oder nächtliche Wadenkrämpfe können die Folge sein. Wer früh handelt, kann gezielt gegensteuern: **Venodril Venentropfen*** setzen genau hier an. Der Wirkstoff aus der Heilpflanze Steinklee unterstützt den Blut- und Lymphfluss, stärkt die Venenwände, wirkt krampflösend und hilft, Stauungen zu reduzieren. Ergänzt durch den pflanzlichen Arzneiwirkstoff Zaubernuss mit zusammenziehender Wirkung auf gedehnte Venen wird die Venenschwäche gebremst und das Risiko für weitere Besenreiser sowie Krampfadern verringert.



Neurodermitis

Sommer auf der Haut

Cortisonfreie Behandlung bei Neurodermitis, Psoriasis und empfindlicher Problemhaut: Sonne und Meerwasser können der Haut guttun – doch ein langer Tag in Hitze, Salz und Sonne beansprucht sie zugleich. Am Abend ist gereizte Haut bei Neurodermitis, Psoriasis oder empfindlicher Problemhaut oft strapaziert und beginnt zu jucken. Wer dann kratzt, schädigt die Haut weiter – und der Reiz kehrt verstärkt zurück. Genau jetzt braucht die Haut mehr als Pflege: eine echte Behandlung. Hier hilft **Sensicutan*** – das zugelassene, cortisonfreie Arzneimittel. Bisabolol hemmt Entzündungen, Heparin lindert den Juckreiz, Dexpanthenol regeneriert die Hautbarriere. Auch für Kinder ab 3 Jahren. Wenn die Sommerhaut reizt, beruhigt **Sensicutan***. Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach.





Bei sportlicher Betätigung bei sommerlichen Temperaturen gilt es, besonders gut auf Signale des Körpers zu achten.

Foto: unsplash.com

Trotz Sommerhitze sicher und effizient trainieren

Sommerzeit ist Bewegungszeit – doch hohe Temperaturen verlangen angepasste Strategien. Wer draußen trainiert, sollte auf Hitzeverträglichkeit und ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten.

Morgenstund' ...

Ideal sind Morgen- oder Abendstunden, wenn Sonne und Ozonwerte niedriger sind. Ausdauersportarten wie Radfahren,

ren, Schwimmen oder Nordic Walking fördern Kreislauf und Wohlbefinden, während kurze, intensive Belastungen eher vermieden werden sollten. Leichte Kleidung, Sonnenschutz und regelmäßige Pausen sind Pflicht. Auch Indoor-Alternativen wie Yoga oder Krafttraining bieten Abwechslung. Wichtig ist, auf den eigenen Körper zu hören. Sommertraining soll beleben, nicht überfordern. (mak)

Schon wieder

Harnwegsinfekte sind sehr belastend. Frühes Handeln kann langfristige Reizungen vermeiden.

Aufgrund des häufigen Harn-drangs und des Brennens beim Toilettengang sind Blasenentzündungen für Betroffene besonders unangenehm. Treten sie häufiger auf oder werden sie nicht frühzeitig behandelt, kann sich dieser Reizzustand langfristig auf die Blasenfunktion auswirken. Umso wichtiger ist ein bewusstes und rechtzeitiges Handeln bei den ersten Anzeichen. „Gerade bei unkomplizierten Infekten ohne Fieber oder Blut im Harn können pflanzliche Hilfsmittel eine gute Alternative zu Antibiotika sein“, weiß Christine Kiesel, Allgemeinmedizinerin in Graz.



Viele Frauen haben häufig mit Infekten zu kämpfen. Foto: Smarterpix.com

Pflanzlich gegensteuern

Die Phytotherapie (Pflanzenheilkunde) wirkt vor allem bei frühzeitiger Einnahme gut, wodurch man oft um ein Antibiotikum herumkommen kann. Das ist deshalb wichtig, da die Bakterien, die die Entzündung verursachen, immer häufiger Resistenzen gegen Antibiotika

**Gedächtnis stärken,
Cholesterin senken!**



**Jetzt in Aktion in
Ihrer Apotheke!***

**Sparen sie 4 Euro
auf Buer® Lecithin
flüssig 1000 ml.**



*Aktion gültig von 1.4.-31.5.2026



Buer® Lecithin Flüssig ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels in den genannten Anwendungsgebieten beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. Wirkstoff: Lecithin. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Venenerkrankungen: oftmals unterschätzt

Venenerkrankungen sind weit verbreitet. Wichtig ist, dass erste Warnsignale nicht ignoriert werden.

Typische erste Symptome sind schwere Beine, Spannungsgefühle, nächtliche Wadenkrämpfe oder sichtbare kleine Gefäßveränderungen. Viele Betroffene nehmen diese zunächst nicht ernst. Unbehandelt können sich chronische Beschwerden entwickeln. Entscheidend ist die frühzeitige Diagnostik von Venenleiden. Moderne Ultraschallverfahren ermöglichen eine präzise Abklärung in einem frühen Stadium, in dem noch eine schonende Behandlung möglich ist.

Moderne Therapien

Die Behandlung von Krampfadern und chronischer Venenschwäche hat sich in den vergangenen Jahren deutlich weiterentwickelt. Klassische Stripping-Operationen werden zunehmend durch minimalinvasive, kathetergestützte Verfahren ersetzt.

Vorsorge bei Hitze

Abgesehen von der Früherkennung ist auch die Prävention besonders wichtig. Im Sommer helfen etwa kühle Anwendungen und das Meiden von Hitze, Beschwerden zu lindern, da Wärme die Venen erweitert.

Leichte Kleidung, ausreichend Trinken und Kompressionsstrümpfe unterstützen zusätzlich die Venenfunktion. (KaM)



Im Sommer besonders auf die Bein-gesundheit achten. Foto: pexels

Blasenentzündung

bilden. Diese sollten daher nur bei komplizierten Blasenent-



„Antibiotika sollten nur bei komplizierten Blasenentzündungen eingesetzt werden.“

Foto: privat

CHRISTINE KIESEL

zündungen eingesetzt werden, so die Ärztin.

Zahlreiche Heilpflanzen können bei Blasenentzündungen auf verschiedene Weise helfen. Eine Kombination dieser Wirkstoffe in einem Präparat ist daher besonders effektiv. Zu den wirksamen Arzneipflanzen bei Blasenproblemen gehören:

1. **Cranberry** verhindert das Anhaften der Bakterien an die Blasenschleimhaut. Besonders wirksam ist ihr konzentrierter Extrakt.
2. **Kren und Kresse** werden als natürliche Antibiotika

bezeichnet, weil sie mit ihren Scharfstoffen Bakterien bekämpfen.

3. **Birkenblätter** fördern die Harnproduktion, spülen die Harnwege durch und helfen so, die Bakterien wieder auszuscheiden.

Interessant: Die genannten Pflanzen wirken nicht nur akut, sondern auch vorbeugend: „Bei wiederkehrenden Harnwegsinfekten empfiehlt es sich diese Wirkstoffe auch langfristig über mehrere Monate anzuwenden. Die Erfahrung hat gezeigt, dass die Infekte damit tatsächlich seltener werden“, erklärt die Expertin.

Viel Flüssigkeit und Ruhe

Neben der aktiven Behandlung sollte man möglichst viel Flüssigkeit in Form von stillem Wasser und Tee (zum Beispiel Brennnessel, Schafgarbe oder Zinnkraut) zu sich nehmen.

Kalte Füße machen die Blase anfällig für einen Infekt und schwächen das Immunsystem – warme Socken sind also ebenfalls zu empfehlen. Viel Ruhe unterstützt außerdem die Selbstheilungskräfte des Körpers.

Aktiv vorbeugen

Zahlreiche Faktoren begünstigen Blasenentzündungen bei empfindlichen Personen. Dazu gehören zum Beispiel eine „übertriebene Intimhygiene“. Wer besonders anfällig ist, sollte außerdem nach dem Geschlechtsverkehr auf die Toilette gehen. Natürlich können trotz aller Vorsicht Beschwerden auftreten. „Deshalb rate ich dazu, immer ein passendes Präparat zu Hause zu haben und bei ersten Beschwerden sofort anzuwenden – oder ohnehin regelmäßig damit vorzubeugen“, so die Ärztin.

Sonne: Passender Schutz für die Haut

Am Tag des Sonnenschutzes am 21. Juni 2026 rückt ein oft unterschätzter Faktor in den Fokus: der eigene Hauttyp. Denn nur wer seinen Hauttyp kennt, kann sich wirksam vor UV-Strahlung schützen. Grundsätzlich unterscheidet man sechs Hauttypen – von sehr hell bis sehr dunkel.

Dunkle Haut nicht ganz gefeit

Kriterien sind unter anderem Hautfarbe, Augenfarbe, Neigung zu Sonnenbrand und Bräunungsverhalten. Während helle Haut schneller Schaden nimmt und hohen Schutz benötigt, vertragen dunklere Hauttypen mehr Sonne, sind aber keineswegs immun gegen Schäden. Die Bestimmung gelingt durch Selbstbeobachtung oder dermatologische Beratung. Wer seinen Hauttyp kennt, wählt gezielt den passenden Lichtschutzfaktor und beugt langfristig Hautalterung sowie Hautkrebs vor. (mak)

Gut geschützt in den Sommer

Jetzt MeinMed Newsletter abonnieren und mehr erfahren

Erhalten Sie regelmäßig verständliche und qualitätsgesicherte Gesundheitsinformationen direkt in Ihr E-Mail-Postfach.

Freuen Sie sich auf aktuelle medizinische Themen, Veranstaltungshinweise, neue Webinare sowie ausgewählte Beiträge von Österreichs führenden Gesundheits-expert:innen.

Jetzt kostenlos anmelden unter www.meinmed.at/newsletter

Hier kostenlos anmelden

Dr. Böhm®

ALLES FÜR

gesunde Harnwege

Dr. Böhm®

Cranberry complex

Für gesunde Harnwege und Blase*

Cranberry-Extrakt 67 mg PAC
Birkenblätter-Extrakt 50 mg
Brunnenkresse-Extrakt 150 mg
Meerrettich-Extrakt 75 mg

30 Tabletten

Nahrungsergänzungsmittel

- ✓ **Einzigartige Kombination** aus Cranberry, Brunnenkresse und Kren
- ✓ **Plus Birkenblätter-Extrakt** zum Ausspülen der Harnwege
- ✓ **Ideal zur Langzeiteinnahme** bei wiederkehrenden Problemen

Qualität aus Österreich.

DATEN & FAKTEN

Modell & Preis:

Mini John Cooper Works, ab 43.980 Euro

Antrieb & Getriebe:

Vier-Zylinder-Benzinmotor, Sieben-Gang-Steptronic-Sportgetriebe, Frontantrieb

Fahrleistungen:

170 kW/231 PS, 380 Nm max. Drehmoment bei 1.500–4.000 U./min., 0–100 km/h: 6,1 s

Ø-Verbrauch/CO₂:

6,5–6,8 l/147–154 g

Maße & Gewichte:

Länge/Breite/Höhe: 3,88/1,74/1,45 m; Kofferraum: 210–725 l; Gewicht: 1.405 kg; Zuladung: k.A.; Anhängelast gebremst/ungebremst: k.A.

Garantie: zwei Jahre**Bewertungsschlüssel:**

Perfekt ★★★★★
Gut ★★★★
Passt ★★★
Geht noch ★★
Schwach ★

Details zur Umwelt-Bewertung finden Sie online unter: meinbezirk.at/2853380

Von A nach B fahren? Langweilig!

Hinreißend knackig und pffiffig fährt es sich im Mini John Cooper Works

VON REDAKTION AUTENTIO

Fahrerlebnis:

★★★★★

Dieses Auto ist purer Fahrspaß! Vom Aussehen übers Handling bis zur Fortbewegung unterscheidet sich der pffiffige, lebendige und hurtige Mini Cooper John Works angenehm von den vielen SUV dieser Zeit.

Antrieb & Fahrwerk:

★★★★

Einfach unschlagbar: das bewährte Gokart-Fahrgefühl. Raketenartiger Speed, kernig-röhrender Sound, sportlich abgestimmte Federung – genial!

Innere Werte:

★★★

Im Cockpit empfängt der Mini sogar Zwei-Meter-Fahrer bequem. Die Fahrgäste hinten müssen sich dem handlichen Format geschuldet mit weniger Freiraum arrangieren. Auch der Kofferraum fällt bauartbedingt überschaubar aus.



Gute Laune garantiert: Der Mini John Cooper Works versteht es meisterhaft, seinem Fahrer ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern.

Foto: Mini

Ausstattung:

★★★★

Die Top-Version JCW bringt alles mit, was das Mini-Regal hergibt. Wer Individualität sucht, findet diese mit den markanten Motorhaubenstreifen, anderen Felgen, den Ausstattungspaketen (S bis XL) oder dem Panoramadach.

Sicherheit/NCAP:

★★★★★

Der Mini John Cooper Works überzeugt vorrangig mit seinem

guten Insassenschutz und umfangreichen serienmäßigen Assistenzsystemen.

Umwelt:

★★★

„Man“ wird die Werksangaben erreichen können. Wir hingegen konnten nicht widerstehen, den Mini seiner DNS entsprechend zu bewegen.

Infos: meinbezirk.at/motor



Das neue viertürige Mercedes-AMG-GT-Coupé ist ab sofort bestellbar. Die Preise starten bei „schlanken“ 156.600 Euro.

Foto: Mercedes-Benz

Der neue Mercedes-AMG GT Viertürer bricht alle Regeln

Das neue Mercedes-AMG-GT-Viertürer-Coupé setzt auf ein Antriebskonzept, das in dieser Form noch kein Serienfahrzeug geboten hat. Zwei Elektromotoren arbeiten an der Hinterachse, einer vorn. Gemeinsam leisten sie bis zu 860 kW. Wer die Stoppuhr bemüht, wird belohnt: 2,1 Sekunden bis Tempo 100, 6,4 Sekunden bis 200 km/h. Die Batterie ist so ausgelegt, dass diese Leistung

nicht einmalig, sondern wiederholt abrufbar ist – ein wichtiger Unterschied zu manchem Mitbewerber.

Laden wie Tanken – fast

Mit bis zu 600 kW Ladeleistung ist in zehn Minuten für mehr als 460 Kilometer nachgeladen. Der typische Ladevorgang von 10 auf 80 Prozent dauert laut Hersteller gerade einmal elf Minuten. (aut)

Das können die neuen Fiat-Grizzly-Modelle



Foto: Fiat

Zwei neue C-Segment-SUV, eine klare Botschaft: Fiat will zurück in die Mittelklasse, und zwar mit gleich zwei neuen Modellen, die unterschiedliche Käufer ansprechen sollen und ihre eigene Identität haben, aber dieselbe DNS teilen. Der Fiat Grizzly und der Fiat Grizzly Fastback werden mit einer breiten Antriebspalette verfügbar sein, von klassischen Benzinmotoren bis zu rein elektrischen Versionen. Technisch basieren sie auf einer gemeinsamen, globalen Plattform, sehr markant in ihrer Statur und LED-Signatur. Beide bleiben unter 4,5 Metern

Gesamtlänge und sollen laut Fiat ein in ihrer Klasse unübertroffenes Kofferraumvolumen bieten. Der Grizzly ist mit geradlinigen Proportionen, maximiertem Innenraumvolumen sowie viel Kopf- und Beinfreiheit der Pragmatiker in diesem Duo. Der SUV funktioniert im Stadtverkehr genauso wie auf der Urlaubsfahrt. Der Grizzly Fastback hingegen punktet mit einer schlankeren Silhouette und einem dynamischeren Erscheinungsbild, eignet sich aber dank größerer Ladelänge auch für den Lifestyle-Einsatz auf langen Strecken. (aut)

Diagnose Reizdarm

Welches innovative Medizinprodukt nun Hoffnung bei wiederkehrenden Darmbeschwerden schenkt

Schätzungsweise 1 Million Österreicher haben regelmäßig mit Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen oder Verstopfung zu kämpfen.¹ Dies geht häufig mit einer starken Beeinträchtigung der Lebensqualität einher: bedenkenlos zum Einkaufen, zum Sport oder ins Kino – für Betroffene oft schwer! Was aber nur die Wenigsten wissen: Die Ursache hierfür ist häufig eine geschädigte Darmbarriere, welche zum sogenannten Reizdarmsyndrom führen kann.



Was die Wissenschaft zeigt
Führende Forscher haben mit Kijimea Reizdarm PRO ein Medizinprodukt entwickelt, welches genau dort ansetzt: Die nur in Kijimea Reizdarm PRO enthaltenen einzigartigen Bifido-Bakterien vom Stamm HI-MIMBb75 lagern sich an die Darmbarriere an – sinnbildlich wie ein Pflaster über einer Wunde. Unter diesem Pflaster kann sich die Darmbarriere regenerieren, typische Reizdarmbeschwerden wie wiederkehrender Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen oder Verstopfung können abklingen.

Wirksamkeit bei Reizdarm klinisch belegt

Jüngst konnte die Wirksamkeit von Kijimea Reizdarm PRO bei Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen und Verstopfung



von deutschen Wissenschaftlern in der weltweit größten OTC-Studie zum Reizdarmsyndrom² eindrucksvoll belegt werden.³

Das Entscheidende: Auch die Lebensqualität der Betroffenen verbesserte sich. Überzeugen Sie sich selbst: Fragen Sie in Ihrer Apotheke gezielt nach Kijimea Reizdarm PRO (rezeptfrei).

Für Ihre Apotheke:
Kijimea Reizdarm PRO
(PZN 5185406)



www.kijimea.at

¹Black C. J., Ford A. C. (2020). Global burden of irritable bowel syndrome: trends, predictions and risk factors. Nature reviews, Gastroenterology & hepatology, 2020 Aug; 17(8), 473–486. • ²Vergleich berücksichtigt ausschließlich Studien mit probiotischen Stämmen. • ³Andresen V. et al. (2020). Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020 Jul; 5 (7), 658–666. • Abbildung Betroffenen nachempfunden.

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

KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

Thema Nervenschmerzen

Fibromyalgie: Wenn der ganze Körper schmerzt

Multi-Target-Komplex setzt an verschiedenen Nervenschmerzpunkten an



Fibromyalgie äußert sich durch chronische Nerven- und Muskelschmerzen sowie einer erhöhten Druckempfindlichkeit am ganzen Körper. Da meist keine Entzündungen dahinterstecken, wirken viele Schmerzmittel oft nicht. Doch was bringt dann Linderung?

Fibromyalgie befällt vor allem weiches Gewebe und verursacht monate-, oft jahrelange Schmerzen am ganzen Körper. Oft ist der Rücken, aber auch Schultern und

Beine betroffen. Die Beschwerden gehen häufig mit Schlafstörungen oder Erschöpfung einher. Als eine der Ursachen wird eine gestörte Schmerzverarbeitung im zentralen Nervensystem vermutet. Hier setzen die speziell gegen Nervenschmerzen entwickelten Restaxil Tropfen an.

Nervenschmerzpunkte gezielt bekämpfen

In Restaxil sind gleich fünf besondere Wirkstoffe vereint: Gelsemium sempervirens wirkt u. a.

direkt im zentralen Nervensystem, Cimicifuga racemosa bei druckempfindlicher Wirbelsäule und Armschmerzen. Das rezeptfreie Restaxil ist in Apotheken erhältlich und gut verträglich.

Für Ihre Apotheke:
Restaxil Tropfen
(PZN 4954185)



www.restaxil.at

Abbildung Betroffenen nachempfunden

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

WERBUNG