

Jetzt aktuell auf MeinMed.at

Zwei neue Videos online: Interventionelle Radiologie und der Tinnitus

VON MARGIT KOUDELKA

Gemeinsam mit der Österreichischen Gesundheitskasse veranstaltete MeinMed ein Webinar über Interventionelle Radiologie. Referent war Klaus Hausegger, Experte in Interventioneller Radiologie und Spezialist für die minimalinvasive Behandlung von Gefäßerkrankungen in Klagenfurt. Radiologie ist den meisten Menschen vor allem als Instrument zur Diagnostik bekannt. Dazu zählen Röntgen, Ultraschall, Computertomografie sowie Magnetresonanztomografie. Diese Methoden werden auch bei der Interventionellen Radiologie angewendet. Grob unterteilen lässt sich diese in vaskuläre und nonvaskuläre Interventionen. Zu ersteren zählen etwa das Wiedereröffnen von Gefäßengstellen oder -verschlüssen, gefäßmodulie-

rende Verfahren, beispielsweise zur Behandlung von Aneurysmen, sowie verschließende Methoden, etwa bei Blutungen. Nonvaskuläre Methoden sind beispielsweise Biopsien zur Entnahme von Gewebeproben, Ableitungen bei Zysten oder Abszessen sowie Direktpunktionen von Tumoren. Die Radiologen arbeiten dabei mit nahezu sämtlichen medizinischen Fachdisziplinen zusammen.

Unerwünschte Geräusche

Um den Hörsinn drehte sich alles beim Online-Vortrag von Johannes Schobel, HNO-Facharzt und Leiter des Tinnituszentrums St. Pölten. Als häufigste Ursachen für enervierende Ohrgeräusche gelten Hörsturz, Schwerhörigkeit und eine Schädigung des Innenohrs. Aber auch ein Ohrschmalzpfropf, eine Mittelohrentzündung oder Probleme der Halswirbel-



Die Videos können kostenlos nachgesehen werden. Foto: Panthermedia

säule oder des Kiefergelenks kommen infrage. „Wenn man ein durchgehendes Geräusch länger als zwölf Stunden wahrnimmt und sich das nicht erklären kann, dann sollte man einen HNO-Facharzt konsultieren“, rät Schobel. Mit einem Mix aus Behandlungsoptionen kann vielen Menschen geholfen werden.

Die Videos zu den Webinaren sowie weitere Termine finden Sie auf **MeinMed.at**



Gesundheit gemäß TTM basiert auf der Balance der Elemente. Panthermedia

Die Traditionelle Tibetische Medizin

Ergänzend zur Schulmedizin setzen viele Menschen auf traditionelle asiatische Lehren und Heilmethoden. Beispiele hierfür sind das indische Ayurveda oder die Traditionelle Chinesische Medizin. Noch nicht so bekannt ist im Westen die Traditionelle Tibetische Medizin (TTM). Diese ist ein ganzheitliches Heilsystem, das sich auf die Wiederherstellung und Erhaltung des Gleichgewichts der drei Körperenergien Lung, Tripa und Beken konzentriert. Diese Energien sind entscheidend für die Gesundheit und das Wohlbefinden des Individuums. (mak)

Kalte Füße und Hände? Durchblutungsstörungen.

Eine gesunde Durchblutung vermindert das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen. Erkennen Sie daher frühzeitig die ersten Warnzeichen von Durchblutungsstörungen, wie:

- Häufig kalte Hände und Füße
- Kribbeln und Ameisenlaufen
- Häufiges Einschlafen von Händen und Füßen
- Beschwerden beim Gehen, wie Wadenkrämpfe



Rein pflanzlich - exklusiv in Ihrer Apotheke ©Schmidgall

kann zur Behandlung der Folgen leichter Durchblutungsstörungen mit Symptomen wie z.B. Einschlafen von Händen und Füßen, Kribbeln und Ameisenlaufen angewendet werden. WERBUNG

PADMA CIRCOSAN ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel bei leichten Durchblutungsstörungen. Es ist ausschließlich auf Grund langjähriger Verwendung für die genannten Anwendungsgebiete registriert.

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. WK-2024/12-135, Dr. A. & L. Schmidgall GmbH & Co KG, 1121 Wien

Die Tibetische Medizin

hat der Durchblutung einen hohen Stellenwert gegeben und bereits vor Jahrhunderten eigene Kräuterrezepturen dafür entwickelt. Mit PADMA CIRCOSAN gibt es ein pflanzliches Arzneimittel, das zu den durchblutungsfördernden, Tibetischen Campher-Rezepturen gehört. PADMA CIRCOSAN

Auf kalten Steinen sitzen fördert Hämorrhoiden?

Ein weit verbreiteter Mythos – Kälteeinwirkung im Afterbereich hat mit der Entwicklung von Hämorrhoidalleiden nichts zu tun. Wobei man differenzieren muss: Häufiges Sitzen ist sehr wohl ein Risikofaktor für Hämorrhoidalleiden. Aber dies wegen des Bewegungsmangels, nicht aufgrund von Kälteeinfluss. Einen klei-

nen wahren Funken gibt es an dieser Legende allerdings. Wer lange auf kaltem Untergrund sitzt, kann bei entsprechender Veranlagung Blutgerinnsel (Thrombosen) in den abführenden Venen rund um den After entwickeln. Diese Knötchen am Afterrand ähneln Hämorrhoiden sogar, sind jedoch etwas anderes. (mak)

Pflege in jeder POsition

Für die empfindliche Haut der Analregion

NEU

Mit präziser Dosierspitze

Die Nr.1

IN ÖSTERREICH*

1 Kühlend

2 Juckreizlindernd

3 Pflegend

* Insight Health MAT2024.01 Warengruppe Anti-Hämorrhoidenmittel ohne Corticoide Absatz in Stk. und Umsatz in €

Wie sinnvoll sind Omega-3-Kapseln?

Immer öfter liest man im Zusammenhang mit erhöhten Blutfettwerten von Omega 3. Was steckt dahinter?

Ob in den Medien, der Drogerie oder der Apotheke: An Fischölkapseln kommt man heute kaum vorbei. Vor allem bei erhöhten Blutfettwerten werden sie immer häufiger eingesetzt – auch wenn einige Skeptiker nach wie vor darauf beharren, dass sie unnötig wären. Dabei ist die Studienlage eindeutig!

Erhöhte Blutfettwerte

Fast 1 Million Österreicher ist von erhöhten Blutfettwerten wie Cholesterin oder Triglyceriden betroffen. Auf Dauer können diese überschüssigen Fette in den Blutgefäßen Ablagerungen bilden. Das Problem: Das Blut kann dann

schlechter durchfließen, der Blutdruck erhöht sich und das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen steigt.

Warum Omega-3-Kapseln?

Ärzte raten bei erhöhten Blutfettwerten zunächst zu mehr Bewegung und einer gesünderen Ernährung. Reicht das nicht aus werden in der Regel Cholesterinsenker (Statine) verschrieben. Egal ob bereits Statine eingenommen werden oder nicht – immer häufiger empfehlen Ärzte und Apotheker die zusätzliche Einnahme von Omega-3-Fettsäuren, da sie einen wesentlichen Beitrag zu normalen Blutfettwerten (Triglyceriden) leisten. Das ist mittlerweile in zahlreichen Studien belegt – überhaupt gehören Omega-3-Fettsäuren zu den am besten untersuchten Nährstoffen überhaupt. Da sie jedoch vom Körper nicht selbst gebildet werden, braucht es eine Zufuhr von

außen. Hier kommen die bereits angesprochenen Fischölkapseln ins Spiel.

Skepsis unbegründet

Gerade im Internet findet man immer noch viele Aussagen darüber, dass eine Nahrungsergänzung mit Omega 3 nicht sinnvoll ist, da wir genug davon über die Nahrung aufnehmen würden. Doch stimmt das wirklich? Tatsache ist, dass für den positiven Effekt auf die Blutfettwerte (Triglyceride) die beiden wichtigen Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA in ausreichender Menge konsumiert werden müssen. Berechnungen ergeben, dass man dafür 3-4 Mal die Woche fetten Fisch essen müsste. Bei Fischstäbchen wären sogar jeweils 30 (!) Stück notwendig. Insofern ist un-

ser Fazit klar: Die Einnahme von Omega-3-Kapseln für normale Blutfettwerte ist in jedem Fall sinnvoll – zumindest, wenn die Qualität und Dosierung stimmen. Das Produkt mit der österreichweit höchsten EPA- und DHA-Dosierung ist Omega 3 complex von Dr. Böhm®. Als besonderes Plus ist Coenzym Q10 enthalten – ein Stoff, der von jeder Zelle im Körper (z. B. Herz und Muskeln) gebraucht wird und dessen Einnahme gerade bei der Verwendung von cholesterinsenkenden Medikamenten Sinn macht.



*Apothekenabsatz Cholesterinsenkende Prod. Lt. IQVIA Österreich OTC Öffttake August 2024

So hat Hornhaut keine Chance

Diese hochwertige Pflegecreme begeistert Anwender.

In der kalten Jahreszeit werden unsere Füße meist den ganzen Tag in Stiefel und dicke Socken eingepackt. Das kann auf Dauer zu schmerzhaften Druckstellen und vermehrter Hornhautbildung führen. Was dann gut tut, ist eine regelmäßige Pflege mit einer reichhaltigen Fußcreme, die die Hornhaut sanft löst und die trockene Haut an den Füßen wieder geschmeidig macht.

Pfletipp für die Füße

Eine besonders häufige Empfehlung aus der Apotheke ist hier die Lasepton® Fußcreme, die in Zusammenarbeit mit Experten aus



dem Bereich der medizinischen Hautpflege entwickelt wurde. Dank ihrer leichten Textur zieht sie schnell ein und löst sanft übermäßige Hornhaut. Der hohe Anteil an Urea (>12 %) schützt die Füße auf

natürliche Weise vor Austrocknung und neuerlicher Hornhautbildung. Die enthaltenen Öle aus Avocado, Olive und Nachtkerze sorgen dafür, dass sich auch rissige Haut an den Füßen schnell wieder zart

und gepflegt anfühlt. Mittlerweile hat sich die Lasepton® Fußcreme bereits zur meistverkauften Fußcreme aus der Apotheke entwickelt. Anwender loben neben den rasch sichtbaren Ergebnissen auch das schnelle Einziehen sowie den angenehmen und trotzdem dezenten Duft des österreichischen Qualitätsproduktes.

Lasepton® Fusscreme



Exklusiv in Ihrer Apotheke erhältlich: PZN 4036822.

BESTEHEN SIE AUF DAS ORIGINAL!

Falls nicht verfügbar, kann sie schnell und einfach für Sie bestellt werden.

Blutdruck: „Das hat bei ihm gewirkt“

Veronika und Karlheinz W.
(60 und 66 Jahre)*



So halten Sie den Blutdruck im grünen Bereich.

Karlheinz W. ist Pensionist und Großvater von zwei Enkeln. „Er hatte nie Probleme mit dem Blutdruck. Das hat mich gewundert, denn als er noch gearbeitet hat, hat er eigentlich nie besonders gesund gegessen“, erinnert sich seine Frau Veronika. Bei der letzten Gesundenuntersuchung wurden die Blutdruckwerte dann aber erstmals ein Thema. „Als der Arzt ihm die Werte erklärt

hat, war ihm klar, dass er etwas ändern muss. Am besten noch bevor nur mehr chemische Blutdrucksenker helfen.“

Gute Vorsätze – schwer umzusetzen

Leider geht eine solche Umstellung der Lebensgewohnheiten nicht immer von einem Tag auf den anderen. „Auf den Schweinsbraten zu verzichten, fiel ihm dann doch recht schwer“, so Veronika. „Letztendlich hat er dann aber seine Liebe zu Fisch entdeckt. Der Arzt hat uns erklärt,

dass die Omega-3-Fettsäuren darin besonders gut für die Blutgefäße und somit auch für den Blutdruck sind. Außerdem hat er wieder mit dem Wandern begonnen und bewegt sich jetzt mehr.

Olivenblatt-Extrakt für den Blutdruck

„Eine weitere große Unterstützung war die Dr. Böhm® Blutdruckformel“, erinnert sich Veronika W. Die rein pflanzlichen Tabletten wurden Ihrem Mann in der Apotheke empfohlen. Sie enthalten einen hochkonzentrierten Extrakt

aus Olivenblättern, deren Wirkstoffe einen nachweislich günstigen Effekt auf den Blutdruck haben. So zeigte eine Studie mit einem solchen Extrakt, dass dieser sich bereits innerhalb weniger Wochen positiv auswirkt.**

2-fach Wirkung

Gut zu wissen: Neben Olivenblatt-Extrakt enthalten die Blutdruckformel-Tabletten auch Kalium, das ebenfalls für seinen unterstützenden Effekt auf den Blutdruck bekannt ist. Erst jüngst wurde die empfohlene tägliche Aufnahme von Kalium von 2.000 mg auf 4.000 mg erhöht. „Er hat jetzt das Gefühl, seinen Blutdruck wieder im Griff zu haben“, freut sich Veronika W.

*Namen und Alter geändert; **Perrinjaquet-Mocchetti T et al. Phytotherapy research PTR 2008; 22: 1239–42.

Für Ihren Apotheker

**Dr. Böhm®
Blutdruck-
formel**



PZN 5607965

Pflanzlich zur positiven Grundstimmung

Fühlen Sie sich niedergeschlagen, antriebslos und verlieren teilweise sogar das Interesse an Hobbys und Freunden? Johanniskraut kann Ihnen dabei helfen, Ihren Gemütszustand zu verbessern – rein pflanzlich.



kern sind die ideal dosierten Johanniskraut forte Tabletten von Dr. Böhm®. Bereits eine Tablette täglich unterstützt ihr seelisches Wohlbefinden und wirkt stimmungsaufhellend und antriebssteigernd.

Gut zu wissen: Da sich die Wirkung von Johanniskraut kontinuierlich aufbaut empfiehlt sich eine Einnahme über mehrere Wochen.

Hilfe aus der Apotheke

Aktuelle Studien belegen, dass die Heilpflanze ähnlich wirksam wie chemische Stimmungsaufheller ist – jedoch mit deutlich weniger Nebenwirkungen. Sie wirkt sich positiv auf den Gemütszustand aus, indem sie den Serotoninspiegel (=Glücksbotenstoff) im Körper auf natürliche Weise reguliert. Besonders beliebt bei Anwendern wie auch Apothe-

Für Ihren Apotheker

**Dr. Böhm®
Johanniskraut forte**

PZN 4201190



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

LUUF®

lindert Husten & Schnupfen

- ✓ Befreit die verstopfte Nase
- ✓ Lindert Hustenreiz und wirkt schleimlösend
- ✓ Mit naturreinen ätherischen Ölen



Qualität aus Österreich.

Arzneimittel¹

LUUF® – Der Erkältungsspezialist seit über 55 Jahren.

¹ Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels in den genannten Anwendungsgebieten beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung.