

Der Winter naht – und die Grippe ist im Anmarsch

Hassan Al-Eryani von der Lahntal-Apotheke im Herkules-Markt in Weilburg informiert

Wer kennt es nicht: Der Winter naht – und damit die Anfälligkeit für Erkältungen und grippale Infekte. Hassan Al-Eryani von der Lahntal-Apotheke im Herkules-Markt in Weilburg informiert zum Thema „Erkältung und Grippe“.

Viele sprechen von der Grippe und meinen damit die gewöhnlichen Erkältungskrankheiten, die durch eine Vielzahl verschiedener Viren hervorgerufen werden. Ihre Übertragung findet in der Regel von Mensch-zu-Mensch statt. Eine Erkältung dauert in der Regel fünf bis sieben Tage. Die Behandlung einer Erkältung besteht vor allem darin, dem Körper Ruhe zu gönnen und sich in warmen, nicht überheizten Räumen aufzuhalten. Bei Husten und Schnupfen sollte man viel Wasser, Fruchtsäfte und Tee trinken. Für jedes Stadium steht auch eine Vielzahl von Medikamenten zur Verfügung, die den Krankheitsverlauf lindern. Der Arzt oder Apotheker stehen beratend zur Seite.



Blick in die Lahntal-Apotheke im Herkules-Markt in Weilburg.

(Foto: Bach)

Die echte Grippe (Influenza) hingegen ist eine der häufigsten Erkrankungen der Atemwege des Menschen. Sie wird durch Influenzaviren verursacht, die in die Typen A, B und C unterteilt sind. Influenza A-Viren können eine große Grippewelle hervorrufen, Influenza

B-Viren sind die Verursacher leichter bis mittelschwerer Erkrankungen, Influenza C-Viren sind meistens harmlos. Die häufigsten

Symptome eines grippalen Infektes sind plötzlicher Krankheitsbeginn, Fieber bis 40 Grad Celsius, Schüttelfrost, Gliederschmerzen, angeschwollene Nasenschleimhaut, Übelkeit, Erbrechen, Appetitlosigkeit. Die Influenza ist ansteckend, ein Arztbesuch ist unvermeidlich.

Die wichtigsten Vorbeugemaßnahmen für Erkältungs- und Grippeinfekte sind Grippeimpfung, vor allem für Risikopersonen (Säuglinge, Schwangere, Personen mit geschwächtem Immunsystem, ältere Menschen), häufiges Händewaschen sowie die Vermeidung unnötiger Kontakte mit infizierten Personen. Unterstützend für die gesamten Wintermonate sind eine ausgewogene und vitaminreiche Ernährung, die Vermeidung von Schlafmangel und Stress sowie ausreichende Bewegung an der frischen Luft.

■ Kontakt: Lahntal-Apotheke im Herkules-Markt, An der Backstania 1a, 35781 Weilburg, ☎ (0 64 71) 91 89 75. (mb)



Christina Mundhenk (v. l.), Ilka Fuchs und Sylvia Liemen. (Foto: Bach)

Schnäppchen-Stoffmarkt

„Sweet-Home Nähwerkstatt“ mit tollen Preisen

Die Weilburger „Sweet-Home Nähwerkstatt“ lädt für Samstag, 16. November, von 9.30 bis 17 Uhr, zu einem Stoffmarkt ein.

Sowohl viele klassische Patchworkstoffe als auch Jerseystoffe werden an diesem Tag bis zu 50 Prozent im Preis reduziert sein. Hier heißt es: schnell zugreifen. Eine große Auswahl an Bio-Stoffen kommt: Die Stoffe, die in den Ausverkauf kommen, machen nun Platz für neue GOTS-zertifizierten Bio-Stoffe. Im Rahmen des Stadt Weilburg verliehenen Fair-Trade Siegels möchte auch die „Sweet-Home Nähwerkstatt“ ihren eigenen

Beitrag leisten und baut die Sparte der Bio-Stoffe weiter aus. „Kriterien wie schöne Motive in hervorragender Qualität zu moderaten Preisen sind durchaus vereinbar“, findet nicht nur das Team der Nähwerkstatt, sondern auch viele überzeugte Kundinnen. Weitere Informationen rund um das Thema sind im Laden erhältlich. Die Öffnungszeiten sind montags bis freitags, von 9.30 bis 13 und 15 bis 18 Uhr, sowie samstags, von 9.30 bis 13 Uhr.

■ Kontakt: Sweet-Home Nähwerkstatt, Mauerstraße 31, 35781 Weilburg, ☎ (0 64 71) 3 79 03 08, Internet: www.sweet-home-online.de (mb)

Hilfe bei Phantomschmerzen

„Orthopädietechnik Kern“ im Fachärztheaus in Weilburg berät

„Orthopädietechnik Kern“ informiert zum Thema „Phantomschmerzen“. Denn viele Patienten, die eine Beinamputation erlitten haben, sind davon betroffen.

Dann können spezielle Hilfsmittel wie „medi Relax“ ein wichtiger Therapiebaustein sein, um die Schmerzen zu mindern oder sogar auszuschalten. Die „medi Relax“-Produkte sind als Prothesenliner oder Strümpfe erhältlich und können rund um die Uhr getragen werden. Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Diese Produkte enthalten das besondere Gestrick Umbrellan. Es kann helfen, die Intensität und Häufigkeit von Phantomschmerzen zu reduzieren. Sie werden oft als sehr brennend und stechend beschrieben, bei vielen Betroffenen treten sie urplötzlich auf.

Eine mögliche Ursache: Die nach der Amputation freiliegenden Nervenenden können durch elektromagnetische Einflüsse wie Handy oder Radio gereizt werden und Phantomschmerzen entstehen. Das Metallgewebe Umbrellan in den Relax-Produkten kann dann den Amputationsstumpf gegen diese ganzen Einflüsse abschirmen.

Der „medi Liner Relax“ ist ein hautfreundlicher Silikonstrumpf, der den Amputationsstumpf sicher mit der Prothese verbindet. Es gibt Ausführungen zur Versorgung nach der Ober- oder Unterschenkelamputation. Der Techniker bei Orthopädietechnik Kern zeigt, wie sie einfach angelegt und gepflegt werden können. Der „medi Relax“-Stumpfstrumpf mit Kompression kann zusätzlich bei Ödemen oder

Durchblutungsstörungen helfen. Für die Nacht und wenn die Prothese nicht getragen wird, gibt es den weichen Stumpfstrumpf „medi Relax Night Care“ und eine Hose. Die Hose eignet sich bei Amputationen im Hüftbereich und bei sehr kurzen Oberschenkelstümpfen.

Die „medi Relax“-Produkte können in Kombination mit anderen anerkannten Therapieansätzen wie Medikation, Akupunktur, Spiegel-

oder Magnetfeldtherapie, die Lebensqualität verbessern. Sie können bei Notwendigkeit vom Arzt verordnet werden und sind bei „Orthopädietechnik Kern“ erhältlich. Betroffene haben die Möglichkeit, dort die „medi Relax“-Produkte unverbindlich zu testen und sich auch ausgiebig beraten zu lassen.

■ Kontakt: Orthopädietechnik Kern, Am Steinbühl 4b, 35781 Weilburg, ☎ (0 64 71) 42 93 77. (mb)



Marco Link (r.) bei einem Beratungsgespräch.

(Foto: privat)