

1. April 2018

# meine apotheke

## Vortrag: „Neues aus der Urologie“

Dr. med. Ulrich Schoppmann (links), Facharzt für Urologie, Andrologie und medikamentöse Tumorthherapie, berichtet über gut- und bösartige Erkrankungen der Prostata.

Über verschiedene Formen der Harninkontinenz bei Mann und Frau referiert Tobias Schleifer (rechts), Facharzt für Urologie und medikamentöse Tumorthherapie.



**Dienstag, 24.04.2018, 19.00 Uhr**  
**im Bürgerhaus, Bernhard-Raestrup-Platz 10, 59302 Oelde**  
**Eintritt frei**

APOTHEKE  
**RUSCHE**  
*Ihre Gesundheit liegt uns am ...* 

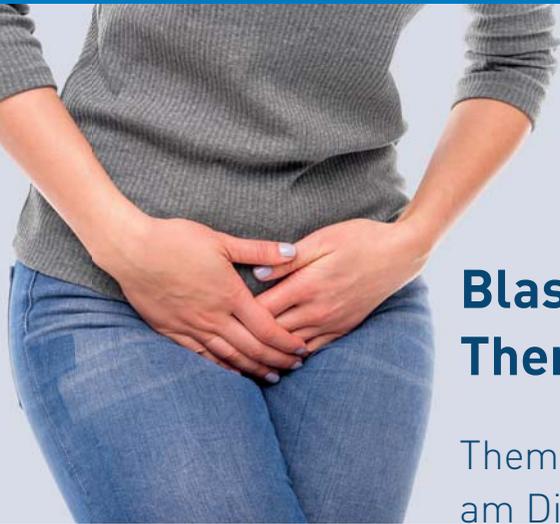
**Claudia Rusche**

Geiststr. 7-11  
59302 Oelde

Tel: (025 22) 31 76  
Fax: (025 22) 31 77

E-Mail: [service@apotheke-rusche.de](mailto:service@apotheke-rusche.de)  
[www.apotheke-rusche.de](http://www.apotheke-rusche.de)





## Blasenentzündung - Therapie und Prophylaxe

Thementag in unserer Apotheke  
am Dienstag, den 24. April



*Jutta Keil*  
Fachapothekerin  
für Allgemeinpharmazie

### **Wir informieren Sie über verschiedene Möglichkeiten der Behandlung im Rahmen der Selbstmedikation und der Vorbeugung.**

Bei einer Blasenentzündung - auch Zystitis genannt - handelt es sich um eine meist durch Bakterien, selten auch durch Viren oder Pilze, verursachte Infektion der Harnblase, von der vor allem Frauen häufig betroffen sind. Die Infektion kann einen akuten oder chronischen sowie einen unkomplizierten oder komplizierten Verlauf nehmen. Typische Symptome einer Zystitis sind brennende Schmerzen beim Wasserlassen, krampfartige Schmerzen im Unterbauch und ein ständiger Harndrang.

#### **Wie können Sie selbst einer Blasenentzündung vorbeugen?**

Sie können ganz einfache Verhaltensweisen in Ihren Alltag integrieren, um einer Blasenentzündung vorzubeugen:

- **Viel trinken:** zwei bis drei Liter Wasser oder warme Tees am Tag spülen die Harnwege und Blase. Dies verhindert, dass sich Bakterien langfristig festsetzen und eine Entzündung hervorrufen.
- **Regelmäßig Wasserlassen:** Die Blase frühzeitig und vollständig entleeren. Nicht abwarten bis sie prall gefüllt ist.
- **Warme Kleidung:** Füße, Unterleib und Rücken sollten immer warm sein.
- **Intimhygiene:** Den Intimbereich nur mit warmem Wasser und pH-neutralen Waschlotionen reinigen.

Auch Mannose, ein bestimmter Zucker, oder pflanzliche Wirkstoffe wie Bärentraubenblätter, Kapuzinerkressekraut oder Meerrettichwurzel kommen zur Vorbeugung von immer wiederkehrenden Harnwegsinfektionen in Betracht. Ist eine gestörte Scheidenflora die Ursache für die immer wiederkehrenden Infekte, kann eventuell eine Behandlung mit Zäpfchen mit Milchsäurebakterien helfen.

#### **Wann zum Arzt?**

Ein Arztbesuch wird notwendig, wenn weder vermehrtes Trinken, noch Wärmeanwendungen oder eine Selbstbehandlung mit pflanzlichen Arzneimitteln die Blasenentzündung lindern. Darüber hinaus ist ein Arztbesuch angeraten, wenn:

- die Krankheitszeichen einer Blasenentzündung nach drei Tagen nicht verschwunden sind.
- zusätzlich Krankheitszeichen wie Fieber und Schüttelfrost auftreten.
- Schmerzen im Bereich der Nieren und ein rötlich verfärbter Urin auftreten.
- Sie schwanger oder zuckerkrank sind.
- Sie häufig unter einer Blasenentzündung leiden.
- ein Kind an einer Blasenentzündung erkrankt ist.
- Sie ein Mann sind.

**Wenn Sie Fragen rund um das Thema Blasenentzündung haben,  
kommen Sie gerne an unserem Thementag, den 24. April 2018  
in unsere Apotheke. Hier beraten wir Sie immer gerne!**



Foto: © Colourbox.de

Bei akuten allergischen Beschwerden wirken Antihistaminika rasch und zuverlässig.  
Ihre Apothekerin

*Jana Kemper*



## Allergien der Atemwege Besser durch die Heuschnupfen-Saison

**Die Nase läuft, die Augen sind gerötet, ein ständiger Niesreiz quält - allesamt Anzeichen der nahenden Heuschnupfen-Saison. Gut, wenn Pollenallergiker jetzt schon die richtigen Medikamente in die Hausapotheke packen.**

Noch ist der Frühling nicht in Sicht, doch unaufhörlich rückt er näher. Die meisten Menschen sehnen sich nach steigenden Temperaturen und den ersten wärmenden Sonnenstrahlen. Doch Heuschnupfen-Patienten bereitet das Frühlingserwachen alljährlich auch Kummer. Denn für sie beginnt pünktlich mit der Birkenpollen-Flugsaison wieder die Leidenszeit - mit allergischem Dauerschnupfen, Niesen, Augentränen und -jucken.

### **Handeln, ehe es losgeht**

Gut, wenn Pollenallergiker bereits handeln, ehe die ersten Symptome aufgetreten sind. Das bedeutet: Vereinbaren Sie möglichst bald einen Termin bei Ihrem Allergologen und decken Sie sich mit vorbeugenden und lindernden Medikamenten ein, die Ihnen helfen, Schlimmeres zu vermeiden.

Heuschnupfen sollte nämlich nicht auf die leichte Schulter genommen werden. Darauf weist auch Professor Harald Morr von der Deutschen Lungenstiftung hin und erklärt: „Bei unbehandeltem Heuschnupfen kann die allergische Entzündung der Nasenschleimhaut und des Augenbindegewebes chronisch werden und

dann von den oberen Atemwegen auf die unteren übergreifen - also auf die Bronchien und das Lungengewebe.“ Experten sprechen in diesem Zusammenhang von einem Etagenwechsel. Die Betroffenen leiden dann unter allergischem Asthma mit heftigen Krankheitssymptomen wie Husten, Atembeschwerden und anfallsartiger Luftnot.

### **Medikation nach Maß**

Um einem Etagenwechsel vorzubeugen und die typischen allergischen Beschwerden gezielt zu lindern, kommen die meisten Heuschnupfen-Patienten zumindest zeitweise nicht an Medikamenten vorbei:

■ **Mastzellstabilisatoren** verhindern, dass der Botenstoff Histamin, der für die allergischen Symptome verantwortlich ist, im Körper freigesetzt wird. Entsprechende Augentropfen und Nasensprays müssen schon einige Wochen vor der Pollensaison und auch in der beschwerdefreien Zeit eingesetzt werden, um ihre volle Wirkung zu entfalten.

■ **Antihistaminika** sind antiallergische Tabletten, Augentropfen und Nasensprays, die die Wirkung des Histamins blockieren. Moderne Prä-

parate machen - im Gegensatz zu ihren Vorgängern - nicht mehr müde. Vorteil der Antihistaminika ist ihre rasche Wirkung. Viele dieser Medikamente gibt es rezeptfrei in der Apotheke.

■ **Homöopathische Heuschnupfen-Mittel** verfügen über ein breites Wirkspektrum auf die gereizten Schleimhäute der Atemwege und auf die Augen. Sie sollen die Selbstheilungskräfte des Körpers aktivieren. Die Tropfen oder Tabletten enthalten entweder nur einen homöopathischen Wirkstoff oder eine Wirkstoff-Kombination. Erkundigen Sie sich bitte in der Apotheke danach.

■ **Kortisonhaltige Arzneimittel** wird der Arzt verschreiben, so es erforderlich ist.

■ **Nasenspülungen** können therapiebegleitend zum Einsatz kommen, um die gereizte Nasenschleimhaut von allergieauslösenden Substanzen zu befreien.

■ **Die Spurenelemente Zink und Selen** können ergänzend dazu beitragen, das überaktive Immunsystem zu beruhigen.

Apothekerin Claudia Rusche



Das Kosmetik-Team: Beate Bruns, Daniela Plifke und Melanie Bialucha

# 20 % Rabatt

auf das gesamte Sortiment von

**VICHY**  
LABORATOIRES

&

  
**LA ROCHE-POSAY**  
LABORATOIRE PHARMACEUTIQUE

**nur am Dienstag, den 17. April 2018**