

1. Juli 2020

meine apotheke



Ob im Urlaub oder daheim –
genießen Sie den Sommer

Ihr Team der Apotheke Rusche

Fotos: ©Comofoto - stock.adobe.com

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

www.apotheke-rusche.de



Kopfläuse und kein Ende?

Wir beraten Sie gern
zur richtigen Anwendung
rezeptfreier Anti-Kopflaus-Mittel.
Ihre PTA Claudia Coels



**Wenn die Kopfhaut juckt und brennt, können Kopfläuse die Ursache sein.
Kein Grund zur Panik, wohl aber Anlass, rasch zu handeln.**

Kopfläuse sind winzig, flink und deshalb auf dem Kopf oft nur schwer zu erkennen. Befürchten Eltern, ihr Kind habe sich die Parasiten eingefangen, ist deshalb gründliches Absuchen angesagt. Bevorzugt halten sich die Krabbeltiere hinter den Ohren, im Nacken und an den Schläfen auf. Hier sind sie als kleine dunkle Punkte zu erkennen. Anzeichen für einen Lausbefall sind auch ihre winzigen weißen Eier, sogenannte Nissen, die fest am Haaransatz kleben.

Lästig, aber ungefährlich

Zugegeben: Kopfläuse sind äußerst unangenehm – gefährlich sind die Blutsauger glücklicherweise aber nicht. Deshalb gilt bei Läusealarm immer der Grundsatz: Ruhe bewahren! Wichtig ist es, umgehend den Kindergarten oder die Schule zu in-

formieren. Hier können dann die nötigen Maßnahmen ergriffen werden, um eine Ausbreitung der Parasiten zu verhindern. Außerdem sollten alle Familienmitglieder ebenfalls auf Kopfläuse hin untersucht werden. Für einen Lausbefall schämen muss sich niemand, denn Kopfläuse sind kein Zeichen mangelnder Hygiene.

Um die ungebetenen Gäste schnell unschädlich zu machen, gibt es in der Apotheke inzwischen eine ganze Reihe von Kopflaus-Präparaten. Empfehlenswert sind beispielsweise Mittel, die Silikonöl enthalten. Es erstickt die Läuse und all ihre Entwicklungsstadien zuverlässig. Weiterer Pluspunkt: Aufgrund der physikalischen Wirkweise ist nicht zu befürchten, dass die Läuse gegen den Wirkstoff resistent, sprich unempfindlich, werden.

Richtige Anwendung ist wichtig

Alternativ gibt es Mittel auf Basis pflanzlicher Insektizide (Pyrethrum-extrakt, NEEM) oder synthetischer Insektizide (Allethrin und Permethrin). Außerdem hält Ihr Apotheker noch Präparate auf pflanzlicher Basis wie zum Beispiel Kokosöl oder einem Ölgemisch bereit, an dem die Läuse erstickten.

Doch unabhängig davon, für welches Mittel sich Eltern entscheiden: Wichtig für den Behandlungserfolg ist die richtige Anwendung. Deshalb ist es unbedingt ratsam, zuerst die Packungsbeilage zu studieren, ehe das Mittel auf den Kopf aufgetragen wird. Auch der Apotheker weiß, was bei der Anwendung zu beachten ist und kann Eltern kompetent beraten. Gut zu wissen: Auch wenn die Läuse meist schon nach der ersten Behandlung vom Kopf verschwunden sind, empfehlen Experten, die Therapie nach acht bis zehn Tagen sicherheitshalber noch einmal zu wiederholen.

Nur nicht übertreiben

Nicht erforderlich sind neueren Erkenntnissen zufolge hingegen Maßnahmen wie etwa das Einfrieren von Kuscheltieren. Bei einer Auswertung von zahlreichen Studien konnten australische Wissenschaftler zeigen, dass eine Übertragung von Kopfläusen über Kuscheltiere, Kämmen, Kissen oder Mützen sehr unwahrscheinlich ist. Das liegt vor allem daran, dass Läuse nur auf dem Kopf ideale Temperaturverhältnisse und Nahrung finden, um zu überleben. Ohne regelmäßig Blut zu saugen überleben sie meist nur ein bis zwei Tage.

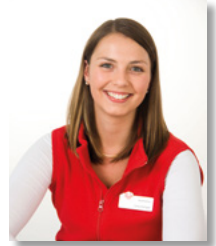


**Beim Spielen und
Kuscheln wandern
Kopfläuse gern
von Kopf zu Kopf.**

Kopfschmerztabletten sollten nicht länger als drei, maximal vier Tage hintereinander und nicht häufiger als an zehn Tagen im Monat eingenommen werden.

Ihre Apothekerin

Jana Keuper



Weniger Stress, weniger Kopfschmerzen

Viele Menschen kennen es aus eigener Erfahrung: Auf Stress, Druck und Überlastung folgt prompt ein dicker Schädel. Das bedeutet im Umkehrschluss: Wer Stress abbaut, kann Kopfschmerzen vorbeugen.

Wer von Kopfschmerzen heimgesucht wird, möchte sie verständlicherweise schnell wieder loswerden. Aber auch die Frage nach den Auslösern beschäftigt viele Betroffene. Liegt's am Wetterumschwung? An einem Kältereiz, an Käse oder Wein? An Hormonen, Ärger oder Frust? Jetzt sind Neurowissenschaftler einem plausibleren Erklärungsmodell auf der Spur: Sie vermuten, dass im evolutionär ältesten Teil des menschlichen Gehirns ein „Kopfschmerzmotor“ sitzt. Dieser springt immer dann an, wenn Nerven und Gehirn überreizt sind und sorgt dafür, dass bestimmte Botenstoffe ausgeschüttet werden, die den Kopfschmerz begünstigen.

Was genau führt zu dieser Überreizung? Die Antwort darauf liefert ein Blick ins Gehirn. Mit neuen bildgebenden Verfahren lassen sich nach Schmerzreizen relativ typische Muster der Hirnaktivierung aufzeigen – interessanterweise sind das genau diese, die auch bei sozialen Konflikten oder psychischem Stress aktiv werden. Die Erfahrungen von Psychologen stützen die Erkenntnisse aus der Neurologie: Kopfschmerzen entstehen überwiegend in Situationen, in denen die Betroffenen eine Überforderung wie Druck bei der Arbeit, Doppelbelastungen, Hektik oder Lärm erleben. Wie viel Stress vertragen wird, ist dabei von Mensch zu Mensch unterschiedlich. „Wahrscheinlich ist die Anfälligkeit gegenüber Stress partiell gene-

tisch bedingt“, erklärt der Münchener Neurologe Professor Andreas Straube.

Entspannung tut not

Vor dem Hintergrund der neuen Forschungsergebnisse ist es einleuchtend, warum viele Kopfschmerzpatienten von gezielten Entspannungsmaßnahmen wie Yoga oder Muskelrelaxation nach Jacobson profitieren. Ebenso kann ein optimiertes Zeitmanagement bei der Vorbeugung von Kopfschmerzen sinnvoll sein. „Auch sportliche Aktivität hilft Stress abzubauen, macht

den Kopf frei und gleichzeitig kann man etwas für die allgemeine Gesundheit tun“, so Professor Straube.

Sind die Kopfschmerzen allerdings erst einmal da, hilft häufig nur noch der Griff zur Schmerztablette. Mittel, die Kopfschmerz-Geplagte ohne Rezept in ihrer Apotheke kaufen können, enthalten entweder einzelne Wirkstoffe wie Acetylsalicylsäure oder Ibuprofen oder eine Wirkstoffkombination wie Acetylsalicylsäure, Paracetamol und Koffein.

Kopfschmerzen sind
quälend und zermürend



Schmerz in Zahlen

- 900.000 Menschen werden bei uns pro Tag von einer Migräneattacke heimgesucht.
- Ca. 29.000.000 Menschen sind in Deutschland von Spannungskopfschmerzen betroffen.
- Etwa 81 Prozent der Kopfschmerz-Geplagten nutzen rezeptfreie Medikamente, um den Schmerz zu behandeln.
- Jeder 3. Migräne-Kranke weiß nicht, dass er unter Migräne leidet.

Foto: © Damir Khabirov - stock.adobe.com

GESUNDHEIT HAUTNAH

20% RABATT*

AUF ALLE PRODUKTE VON:



VICHY
LABORATOIRES

CeraVe
MIT DERMATOLOGEN ENTWICKELT

LA ROCHE POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

* Aktion findet in allen teilnehmenden Apotheken statt. Im Aktionszeitraum bis 18.07.2020 gültig. Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Nur solange der Vorrat reicht. Nicht mit anderen Angeboten kombinierbar.

APOTHEKE
RUSCHE
Ihre Gesundheit liegt uns am ...

Claudia Rusche

Geiststr. 7-11
59302 Oelde

Tel: (0 25 22) 31 76
Fax: (0 25 22) 31 77

E-Mail: service@apotheke-rusche.de
www.apotheke-rusche.de