

Wirksamer 
Mückenschutz
 für zuhause und im Urlaub



Anti Brumm® Forte 75ml: €13,49 | 150ml: €20,99
 Anti Brumm® Naturell 75ml: €13,49
 Anti Brumm® Ultra Tropical 150ml: €22,99

Und wenn es doch passiert ist:



Fenistil® Gel 30g: €11,49
 Fenistil® Kühl Roll-on: €9,99
 Fenihydrocort® Creme 0,5% 15g: €10,99

APOTHEKE
RUSCHE
 Ihre Gesundheit liegt uns am... 
 Claudia Rusche

BEZAHLT VON IHRER APOTHEKE

 **APOTHEKE**
Umso



APOTHEKE
RUSCHE
 Ihre Gesundheit liegt uns am... 
 Claudia Rusche



Schwirr ab! Stechmücke!



Stechmücken können einem so manchen lauen Sommerabend vermiesen. Denn gerade wenn es dämmt und die abendliche Kühle zum Sitzen auf der Terrasse einlädt, werden die Blutsauger aktiv. Neben Allgemeinmaßnahmen wie dichter, heller Kleidung kann ein Mückenabwehrmittel aus der Apotheke vor Stichen bewahren. Und weil es um Ihre Gesundheit geht, sollte man zu einem Mittel aus der Apotheke greifen, dessen Wirksamkeit durch wissenschaftliche Tests erwiesen wurde.

Lassen Sie sich bei uns beraten, welches Mückenabwehrmittel sich für Sie eignet.

Urania Rusche

und das Team der Apotheke Rusche

Besuchen Sie uns im Internet:

www.apotheke-rusche.de

www.facebook.com/ApothekeRusche

www.instagram.com/apotheke_rusche



WENN DIE SONNE BRENNT: MEDIKAMENTE UND HITZE RICHTIG MANAGEN



Sommertage mit strahlend blauem Himmel laden zum Verweilen im Freien ein. Doch für den Körper bedeutet extreme Hitze Stress – das Herz-Kreislauf-System läuft auf Hochtouren, um die Körpertemperatur durch Schwitzen stabil zu halten. Besonders für Menschen, die regelmäßig Medikamente einnehmen, ist in der heißen Jahreszeit Vorsicht geboten. Hitze kann nicht nur die Lagerung von Arzneimitteln beeinflussen, sondern auch deren Wirkung im Körper verändern.

Das Risiko der Dehydrierung:

Besonderheit Entwässerungsmittel

Ein besonderes Augenmerk liegt auf sogenannten Diuretika, im Volksmund oft „Entwässerungstabletten“ genannt. Diese werden häufig bei Bluthochdruck oder Herzschwäche verschrieben, um überschüssige Flüssigkeit aus dem Körper auszuschwemmen.

Bei großer Hitze verliert der Körper jedoch bereits durch das Schwitzen vermehrt Flüssigkeit und wichtige Elektrolyte. Werden dann zusätzlich Diuretika eingenommen, kann das Gleichgewicht kippen. Es drohen Dehydrierung, Schwindel, Kreislaufkollaps oder sogar Nierenprobleme.

Wichtiger Hinweis: Setzen Sie Ihre Medikamente niemals eigenmächtig ab! Sprechen Sie stattdessen mit Ihrem Arzt oder uns in der Apotheke, ob an extrem heißen Tagen die Dosis angepasst werden muss oder worauf Sie bei der Trinkmenge achten sollten.

Blutdrucksenker: Wenn der Kreislauf absackt

Nicht nur Entwässerungsmittel, auch klassische Blutdrucksenker können bei Hitze verstärkt wirken. Da sich die Blutgefäße bei Wärme ohnehin weiten, um Hitze abzugeben, sinkt der Blutdruck zusätzlich. Werden dann die gewohnten Tabletten eingenommen, kann der Wert zu stark abfallen. Müdigkeit, Schläppigkeit und Schwindel beim Aufstehen sind typische Warnsignale. Auch hier gilt: Messen Sie bei Hitze öfter selbst nach und halten Sie Rücksprache mit Ihrer Praxis.

Warum besonders Senioren achtsam sein sollten

Mit zunehmendem Alter reagiert der Körper langsamer auf Temperaturschwankungen. Die Schweißproduktion nimmt ab und das Blut dickt bei Flüssigkeitsmangel schneller ein. Wenn dann Medikamente eingenommen werden, die den Wasserhaushalt beeinflussen (wie die

erwähnten Entwässerungstabletten), ist die Gefahr einer Überhitzung oder eines Kreislaufversagens besonders hoch.

An Angehörige: Schauen Sie an extrem heißen Tagen regelmäßig nach alleinlebenden Senioren. Ein kurzer Check der Trinkmenge und das Lüften in den kühlen Morgenstunden sind lebenswichtige Hilfestellungen.

Vorsicht vor Sonnenbrand:

Medikamente und Lichtempfindlichkeit

Einige Wirkstoffe machen die Haut empfindlicher gegenüber UV-Strahlung. Dazu gehören bestimmte Antibiotika, aber auch pflanzliche Mittel wie Johanniskraut. Die Folge kann ein schwerer Sonnenbrand oder ein juckender Hautausschlag sein, selbst bei kurzer Sonnenexposition. Fragen Sie uns im Beratungsgespräch gezielt nach der „Photosensibilität“ Ihrer Medikamente.

Die richtige Lagerung:

Kühle Tipps für Ihre Hausapotheke

Arzneimittel sind sensible Produkte. Die meisten sollten trocken und bei Raumtemperatur (unter 25 °C) gelagert werden. In einer Dachgeschosswohnung oder im Auto werden diese Temperaturen im Sommer schnell überschritten.

- Kein Auto: Lassen Sie Medikamente niemals im Handschuhfach oder auf dem Sitz liegen.
- Kühlschrank? Nur wenn es ausdrücklich auf der Packung steht (z. B. Insulin). Andere Mittel können durch Feuchtigkeit im Kühlschrank verderben.
- Zäpfchen und Cremes: Werden Zäpfchen weich oder trennen sich Salben in ihre Bestandteile auf, ist das ein Zeichen für Hitzeschäden. Diese Produkte sollten nicht mehr verwendet werden.