



Kind und Hund darf man nicht im Auto warten lassen. Foto: bit24 / Fotolia

Ein geparktes Auto wird zur Hitzefalle

(mjl). Das Auto entpuppt sich an manchen heißen Sommertagen als echte Gefahr. Wird unser geschätztes Gefährt in der prallen Sonne geparkt, kann es sich im Inneren auf bis zu 70 Grad Celsius erhitzen. Babys, Kleinkinder oder auch Hunde dürfen daher an heißen Tagen unter keinen Umständen im abgestellten Auto bleiben. Weder ein Parkplatz im Schatten noch ein Fenster, welches einen Spalt weit geöffnet ist, schützt ausreichend vor der Hitze. Daraus resultierende Unfälle kosten jährlich vielen Kleinkindern und Tieren das Leben.

Wenn es tobt im

Viele Österreicher sind davon betroffen. Allerdings ist Kopfschmerz nicht gleich Kopfschmerz.

(mak). Kopfschmerzen zählen neben Rückenproblemen zu den häufigsten gesundheitlichen Problemen der Österreicher. Mehr als eine Million Menschen sind hierzulande davon betroffen. Es gibt viele Formen des Kopfschmerzes, am häufigsten ist der Spannungskopfschmerz, der sich dumpf, drückend oder ziehend bemerkbar macht. Als chronisch bezeichnet man diese Art, wenn die Schmerzen öfter als 180 Mal im Jahr auftreten.

Bewegt gegen den Schmerz

Häufig sind eine ungünstige Sitzposition am Arbeitsplatz, Stress, Bewegungs- oder



Schuld an den quälenden Spannungskopfschmerzen sind häufig eine ungünstige Sitzposition und Stress.

Foto: Tetyana / Fotolia

Schlafmangel die Ursache. Bis zu zwölf Stunden können die Schmerzen andauern. Manchmal kann schon ein kleiner Spaziergang helfen, die Schmerzen buchstäblich in Luft aufzulösen. Verschiedene Entspannungstechniken und gezielte Gymnastik können bei regelmäßiger Anwendung die

Beschwerden längerfristig in Schach halten.

Etwa zehn Prozent der Bevölkerung macht die Migräne zu schaffen. Im Gegensatz zum Spannungskopfschmerz beschreiben Betroffene diese Form als pochend und pulsierend. Die Migräne geht außerdem mit weiteren Beschwerden

Die Beratung hat Leben gerettet

Eine aufmerksame Apothekerin in Salzburg bewahrte eine Stammkundin vor Schlimmem.

Nicht alle Helden tragen einen Umhang. Manche von ihnen stehen täglich in der Apotheke in Ihrer Nähe und beraten ihre Kunden bei Fragen rund um die Gesundheit. Doch oft leisten sie weitaus mehr, wie diese Heldengeschichte aus Salzburg zeigt.

Während eines normalen Tagesdienstes der Pharmazeutin Andrea Ewald kam eine Frau um die Dreißig in die Apotheke in Bürmoos. Die Dame war sehr aufgeregt und fragte Frau Ewald, wer vor zwei Tagen ihre Mutter in der Apotheke bedient habe. „Da sowohl die Dame als auch

ihre Mutter schon seit Jahren Stammkundinnen von uns sind, konnte ich mich sehr gut an das Beratungsgespräch erinnern, da ich es persönlich geführt hatte. Wegen Unwohlseins hatte die ältere Dame um ein pflanzliches Herz-Kreislauf-Präparat gebeten. Aber dass es ihr noch immer nicht besser ging, ließ mich stutzig werden. Wusste ich doch, dass sie wegen ihrer Polymedikation schon öfter bei uns war“, erzählt die Apothekerin aus Bürmoos.

Happy End dank Beratung

Frau Ewald bat die sichtlich beunruhigte Kundin um einen kurzen Moment Geduld und kontrollierte im System die letzten Verordnungen der Mutter. „Während ich die Rezepte und Medikamente durchging, kam ich zu dem



Das Team der Apotheke in Bürmoos legt großen Wert auf die individuelle Beratung der Kunden.

Foto: Dr. Michael J. Mayr

Schluss, dass es sinnvoll wäre, die Symptome von einem Mediziner abklären zu lassen. Das war dann auch mein Rat an die Kundin“, so Ewald.

Tochter war erleichtert

Wie sich dann beim Hausarztbesuch herausstellte, war die ältere Dame ernstlich er-

krank und musste sofort in die nächstgelegene Klinik gebracht werden. „Sie haben meiner Mama mit ihrem Rat das Leben gerettet“, waren die Worte der erleichterten Tochter, als sie einige Tage später wieder in der Apotheke vorbei kam.

WERBUNG