

■ Sie stellen Fragen – Experten liefern Antworten ■ Immer in Gesund&Fit Die große Experten-Sprechstunde

Wenn Sie im Sommer häufig Bauchweh haben

Frage: „Wenn es heiß ist, bekomme ich oft Bauchgrummeln und Durchfall. Woran kann das liegen?“



Prim. Univ.-Prof. Dr. Monika Ferlitsch, FÄ für In-

nerne Medizin, Gastroenterologin am Evang. Krankenhaus:

Die naheliegende Ursache ist ein hitzebedingter Flüssigkeits- und Elektrolytverlust durch den abgesonderten Schweiß. Diese Austrocknung kann sogar Herzrhythmusstörungen hervorrufen. Achten Sie bei Hitze generell auf ausreichende Flüssigkeits- und

Elektrolytzufuhr und suchen Sie Ihren Kardiologen/Gastroenterologen auf, wenn die Beschwerden andauern.



Oft ist es auch die Nahrung: Hitze vermehrt Bakterien und Viren in Speisen und Getränken, was eine Magen-Darm-Grippe oder sogar eine Lebensmittelvergiftung nach sich ziehen kann.

Dazu kommt: Wer laktoseintolerant ist, ohne es zu wissen, kann durch Milcheisensorten wie etwa Vanille oder Haselnuss Bauchweh und Durchfall bekommen. Ähnliches gilt, wenn man Fruktose-Malabsorption hat und fruktosereiches Fruchteis zu sich nimmt.

Das kann man gegen trockene Augen tun

Frage: Nach längerem Autofahren oder nach einem Bürotag brennen meine Augen oft stark, besonders im Sommer. Was kann ich tun?



Priv.-Doz. Dr. Dr. Nikolaus Luft, Facharzt für Augenheilkunde, Linz:

Heiße Luft im Freien sowie kalt-trockenes Raumklima in überklimatisierten Büroräumen oder im Auto verstärken Trockenheitsgefühle, Kratzen oder Brennen in den Augen. Dazu kommt oft das „(Home-)Office Eye Syndrom“. Damit be-

zeichnet man den zusätzlich austrocknenden Effekt langer Bildschirmarbeit, welche die Blinzelfrequenz deutlich reduziert und die Problematik dadurch zusätzlich verschlimmert.

Hilfreiche Maßnahmen: ausreichend Wasser trinken, sofern möglich nicht direkt im Luftstrom der Klimaanlage sitzen, regelmäßig pausieren bei Bildschirmarbeit (Pausen nicht am Smartphone verbringen), Augen immer wieder komplett schließen und mehrmals täglich befeuchtende Augentropfen (konservierungsmittelfrei!) verwenden. Die Pulslicht-Therapie (IPL/IR-PL) hilft oft nachhaltig.



Foto: © EKH/M. Krapp, iStock, Priglinger/Libermoor

Schwindel ist behandelbar

Alles dreht sich, die Erde wankt – zahlreiche Menschen leiden täglich unter Schwindel. Doch ein rezeptfreies Arzneimittel kann Schwindel unterschiedlicher Ursache bekämpfen: Taumea Tabletten (Apotheke).

Wie Schwindelbeschwerden entstehen

Das Nervensystem sendet ständig Gleichgewichtsinformationen an unser Gehirn. Wird diese Übertragung gestört, kommen die Informationen fehlerhaft im Gehirn an. Die Folge: Schwindelbeschwerden. Ein natürliches Arzneimittel schenkt Betroffenen Hoffnung: Taumea Tabletten (rezeptfrei).



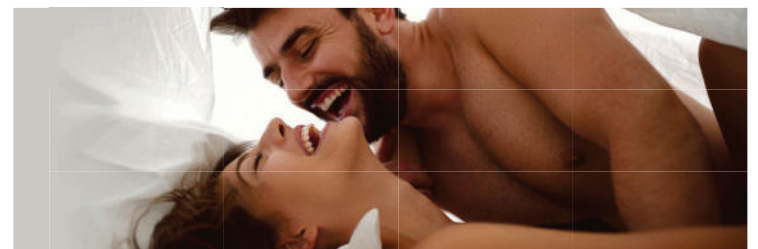
Einzigartige Hilfe bei Schwindel

Das Besondere an Taumea sind die beiden natürlichen Wirkstoffe Anamirta cocculus und Gelsemium sempervirens. Schon im 16. Jahr-

hundert wurden die getrockneten Früchte der Anamirta cocculus von Seefahrern erfolgreich bei Schwindel eingesetzt. Die Heilkraft der Extrakte aus der Gelsemium-Wurzel schätzten bereits die Urvölker Nordamerikas. Die Kombination aus beiden Arzneistoffen ergibt den einzigartigen Dual-Komplex von Taumea, der wirksame Hilfe bei Schwindel unterschiedlicher Ursache leisten kann. Und das ohne bekannte Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln. Wichtig: Wenn Schwindel akut und plötzlich auftritt, sollte ein Arzt die Ursache abklären.

Für Ihre Apotheke:
Taumea Tabletten
(PZN 4466706)
www.taumea.at

Nr. 1*
bekannt aus dem TV



Genießen Sie wieder Ihr Sexleben!

Hilfe bei Erektionsstörungen

Sie haben im entscheidenden Moment mit Erektionsstörungen zu kämpfen, die zu Frust und Unzufriedenheit führen? Mit dem rezeptfreien Arzneimittel Neradin Tabletten (Apotheke) können Sie Beschwerden, verursacht durch sexuelle Schwäche, bekämpfen.

Zurück zur Manneskraft

Eine mangelnde Durchblutung kann die Ursache für Potenzprobleme sein. Hier setzt die in Neradin enthaltene Arzneipflanze Turnera diffusa an. Ihrem Wirkstoff wird ein durchblutungsfördernder Effekt auf die Schwellkörper des Mannes zugeschrieben.

Spontanen Sex wieder genießen

Die Wirksamkeit von Neradin ist nicht vom Einnahmezeitpunkt abhängig. Durch die regelmäßige Einnahme kann der Sex wieder spontan und aus der Leidenschaft des Moments heraus entstehen. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Für Ihre Apotheke:

Neradin Tabletten
(PZN 4466770)



www.neradin.at

* Arzneimittel bei Schwindel; Abverkauf Gesamt (FAP). Quelle: Insight Health, 04/2022

TAUMEA Tabletten. Wirkstoffe: Anamirta cocculus Trit. D4, Gelsemium sempervirens Trit. D5. Homöopathische Arzneispezialität bei Schwindel unterschiedlicher Ursache. www.taumea.at • Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Anzeige

Abbildung Betroffenen nachempfunden

NERADIN Tabletten. Wirkstoff: Turnera diffusa Trit. D4. Homöopathische Arzneispezialität bei Beschwerden, verursacht durch sexuelle Schwäche. www.neradin.at • Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

Anzeige