

Nasendusche – Anwendungstipps

Eine Nasendusche wirkt zwar auf den ersten Blick unappetitlich, hat aber für den Anwender viele Vorteile. Die salzhaltige Flüssigkeit, mit der das Gerät befüllt wird, spült die Nasenschleimhaut. Dadurch löst sich nicht nur zäher Schleim, sondern auch Dreck und Pollen gelangen nach außen. Krankheitserreger, die sich im Sekret befinden, werden ebenfalls aus der Nase herausbefördert. **Deshalb eignet sich eine Nasendusche unter anderem bei Heuschnupfen,** Erkältungen, trockenen Schleimhäuten, einer akuten Mittelohrentzündung, nach einer Operation an Nase oder Nebenhöhlen sowie

bei entzündeten Nebenhöhlen – wenn von ärztlicher Seite nichts dagegen spricht. Behälter zum Duschen der Nase gibt es diverse, von der Spülkanne aus Glas bis hin zur Kunststoffflasche mit Nasenaufsatz. Die Spülflüssigkeit sollte normalerweise aus einer physiologischen Kochsalzlösung bestehen (0,9 Gramm Kochsalz in 100 Milliliter Wasser). Befindet sich zu viel oder zu wenig Salz in der Lösung, kann dies die Schleimhaut reizen. Dasselbe passiert, wenn lediglich mit Wasser gespült wird. Abgepackte, vorportionierte Salzbeutelchen beugen dem vor.



8,95€*



Wepa® Nasendusche, 1 Stück inkl. 10 Dosierbeutel Nasenspülsalz

PZN: 13712357

Nasendusche mit Ventilknopf zur Regulierung des Spüldruckes für eine angenehme Nasenhygiene. Mit wechselbaren Aufsätzen für Erwachsene und Kinder.



Wepa® Nasenspülsalz, 20 Dosierbeutel

2,95€*



PZN: 14256269

Dermasence® Adtop Creme, 250 ml

Die wirkungsvolle Pflege bei trockener, spröder und rissiger Haut sowie bei Neurodermitis. Die Creme zieht sofort ein und bildet einen atmungsaktiven Schutzfilm, der Feuchtigkeit bindet und vor mechanischer Belastung schützt, dabei aber nicht fettet. Das enthaltene Bisabolol nimmt der Haut Spannungsgefühle und beruhigt. Die Creme ist ideal im Rahmen der Intervalltherapie bei Neurodermitis sowie zur Behandlung empfindlicher Kinderhaut.

PZN: 2935195



16,95€*

Gewinnspiel – Gut gelöst.

15%

Lösen Sie dieses Rätsel und holen Sie sich einmalig auf den empfohlenen AVP **15% Rabatt**, den Sie bei Vorlage des ausgeschnittenen Lösungswortes erhalten. Es ist nicht möglich, den Rabatt auf die

gesetzliche Zuzahlung, verschreibungspflichtige Medikamente oder bereits preisgesenkte Arzneimittel abzurechnen.

Viel Glück! Ihre Adler-Apotheke



bevor	Schützenverein in Neubekum	Körperorgan	stehender Beifallsruf	Wasserpflanze	dt. Teil des Jura-Mittelgebirges	spannender Film (Kurz.w.)
→	9	Beckumer Ortsteil		2		
Abk.: Unterhaltsbetrag		Abk.: Leitzahl	fort, weg	1	innerer Körperteil	ehem. UN-Generalsekretär (Kofi)
Meerenge der Ostsee			Adliger am Hof		Großmutter	4
Ausbildlerin, Pädagogin						8
Angeh. e. sächs. Dynastie	starkes Seil	feierliches Gedicht			brit. Autor (Orient-Express)	männl. franz. Artikel
→				Festkleid, Hoftracht		
Abk.: unter anderem	3	Ausdrucksform	sich Wissen aneignen			5
→			Segelkommando	Erbfaktor		
Brauch, Gewohnheit	Kfz.-Z.: Calw	Gestell zum Krankentransport				11
→						6
1978 gepr. Karnevalsverein Neubekum (...strang)	7	Nebenfluss der Ruhr				

■	K	■	K	■	T	■
■	B	■	R	■	A	■
■	B	■	E	■	T	■
■	B	■	E	■	R	■
■	B	■	O	■	R	■
■	M	■	E	■	M	■
■	M	■	E	■	O	■
■	M	■	E	■	D	■
■	E	■	S	■	E	■
■	E	■	S	■	E	■
■	O	■	N	■	O	■
■	O	■	N	■	O	■
■	D	■	R	■	A	■
■	D	■	R	■	A	■
■	U	■	A	■	B	■
■	H	■	A	■	N	■
■	E	■	K	■	G	■
■	E	■	K	■	G	■

Herausgeber: Apotheker Martin Wülfing e. K., Adler-Apotheke, Hauptstr. 27, Neubekum · Tel. 02525 2933 · www.AdlerApotheke.de
Konzeption und Realisierung: russigdesign Werbeagentur & Fotostudio, Beckum · www.russig.com · Auflage: 5.000

Rabatt nur in der Printausgabe

gut beraten.
ADLER-APOTHEKE
Neubekum
Apotheker Martin Wülfing

15%

Kein Rabatt auf die gesetzliche Zuzahlung, auf verschreibungspflichtige Medikamente oder auf bereits preisgesenkte Arzneimittel möglich. Keine Kombination mit anderen Rabatten. Gültig vom 1. März bis zum 30. April 2020. Pro Person ein Coupon.

Adler-Apotheke Neubekum · Hauptstraße 27 · 59269 Beckum · Telefon 02525 2933 · www.AdlerApotheke.de



Keine Angst vor Heuschnupfen



Gesundheit
• Heuschnupfen
Adler-Apotheke
• Kreuzworträtsel

Bei Heuschnupfen



Sie sparen **62%** des AVP

2,95€*

PZN: 02158142

Cetirizin-ratiopharm®, 20 Filmtabletten

Zur Linderung von Nasen- und Augensymptomen bei saisonalem und ganzjährigem Heuschnupfen und chronischer Nesselsucht bei Erwachsenen und Kindern ab 6 Jahren.

Leichter durch die Allergiezeit

Tipps und Tricks:

- Nutzen Sie Pollenflugkalender und Pollenwarnsysteme und vermeiden Sie möglichst während der kritischen Zeit Aufenthalte im Freien. Verzichten Sie dann vor allem auf sportliche Aktivitäten an der frischen Luft. Die Ausnahme bilden Regentage.
- Befeuchten Sie Ihre Augen- und Nasenschleimhäute regelmäßig mit entsprechenden Mitteln, um ein Austrocknen zu verhindern.
- Wischen Sie Böden und Möbel öfter als gewohnt feucht ab, um den angesammelten Pollenstaub zu entfernen.
- Lüften Sie nur zu pollenflugarmen Tageszeiten. In städtischen Gebieten ist zwischen 6 und 8 Uhr morgens die Pollenkonzentration am geringsten, auf dem Land abends.
- Lassen Sie Ihre Wäsche nicht im Freien trocknen.
- Duschen Sie vor dem Schlafengehen oder waschen Sie zumindest Ihre Haare und legen Sie die Tageskleidung nicht im Schlafzimmer ab.
- Halten Sie beim Autofahren die Fenster geschlossen und prüfen Sie, ob spezielle Pollenfilter für ihr Automodell verfügbar sind. Wenn möglich, sollten Sie nicht unter Bäumen parken.
- Der Allergie davonreisen: Verbringen Sie Ihren Urlaub in pollenarmen Regionen (Meer, Hochgebirge) oder in Ländern, in denen Ihre allergieauslösenden Pflanzen nicht vorkommen.

* Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Artikel können auch ähnlich der Abbildung sein. Preise inklusive MwSt. Keine Haftung für Druckfehler. Angebote solange der Vorrat reicht. Abgabe nur in handelsüblichen Mengen. Sonderpreise gelten vom 1. März bis zum 30. April 2020. Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar. Der Apothekenverkaufspreis (AVP) stellt den Preis dar, zu dem ein Apotheker ein Arzneimittel mit der Gesetzlichen Krankenversicherung abrechnen kann. Dieser Preis ergibt sich aus dem Abgabepreis des pharmazeutischen Unternehmens und der Arzneimittelpreisverordnung.

Für Nase und Augen

Pollival® Nasenspray, 10 ml
Zur symptomatischen Behandlung der saisonalen allergischen Rhinitis (Heuschnupfen) bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern ab 6 Jahren. PZN: 13748585

7,95€*



Sie sparen **20%** des AVP



Pollival® Augentropfen, 10 ml
Zur Behandlung und Vorbeugung der Symptome der saisonalen allergischen Konjunktivitis (Bindehautentzündung) bei Erwachsenen und Kindern ab 4 Jahren. PZN: 13748591

11,95€*

Mometahexal® Heuschnupfenspray 50 µg/Sprühstoß, 60 Sprühstöße
Zur symptomatischen Behandlung der saisonalen allergischen Rhinitis bei Erwachsenen ab 18 Jahren, nach der Erstdiagnose einer saisonalen allergischen Rhinitis durch einen Arzt. PZN: 11077448

9,45€*



Sie sparen **18%** des AVP

Dosieraerosole

Richtige Anwendung von Asthmasprays



Bei Dosieraerosolen befindet sich ein Wirkstoff zusammen mit einem Treibgas in einem Druckbehälter. Durch die Inhalation können diese Arzneistoffe direkt in die Lungen gebracht werden und dort wirken. Dosieraerosole finden häufig Anwendung bei Asthma, COPD oder auch allergischem Asthma. Als Wirkstoffe werden oft Cortisone wie Beclometason oder Betasymphomimetika wie Salbutamol eingesetzt. Cortisone dienen dazu, die entzündliche Komponente der Erkrankung in Schach zu halten. Sie werden längerfristig angewandt. Man spürt keinen sofort eintretenden Effekt nach der Inhalation. Salbutamol hingegen ist ein Mittel, das die Bronchien binnen Minuten öffnet und eine Atemnot somit sofort nach der Inhalation lindert. Damit beide Arzneimittel wirken können, vor allem auch in der Stresssituation einer Atemnot, muss sichergestellt sein, dass die Patienten ihre Dosieraerosole richtig anwenden. In der Praxis stellen wir leider immer wieder fest, dass die Anwendung von Dosieraerosolen problematisch sein kann. Deshalb hier eine Schritt-für-Schritt Anleitung. Gerne erklären wir Ihnen Ihr Dosieraerosol (und natürlich auch jedes andere in der Asthma-Therapie angewandte Inhalationsgerät) bei uns in der Apotheke.

Schritt-für-Schritt Anleitung:
Wenn Sie Ihr Dosieraerosol zum ersten Mal anwenden oder Sie es für 5 Tage oder länger nicht angewendet haben, schütteln Sie das Dosieraerosol gut und lösen Sie dann zwei Sprühstöße in die Luft aus, um sicherzustellen, dass das Dosieraerosol funktioniert.

Inhalation vorbereiten:

- Schutzkappe entfernen.
- Dosieraerosol zwischen Daumen und Mittel- oder Zeigefinger halten (Daumen und Mundstück unten) und kräftig schütteln.

Ausatmen:

- Langsam und entspannt ausatmen, Mundstück mit den Lippen gut umschließen.

Inhalation auslösen und gleichzeitig einatmen:

- Kopf leicht zurückneigen.
- Den Sprühstoß auslösen, indem der Metallbehälter nach unten gedrückt wird.
- Gleichzeitig langsam und möglichst tief einatmen.

Atem anhalten:

- Atem für etwa 5-10 Sekunden anhalten.

Ausatmen:

- Langsam ausatmen. Schutzkappe wieder auf das Dosieraerosol aufstecken.