

Hautpflege bei Neurodermitis

Generell sollten alle verwendeten Pflegeprodukte frei von Duft- und Konservierungsstoffen sein. Zudem ist es wichtig, dass die Haut selbst in den beschwerdefreien Zeiträumen gepflegt wird, um neuen Neurodermitis-Schüben vorzubeugen.

Hautberuhigende Wirkstoffe bei Neurodermitis

Je nach Ausprägung und Schweregrad der Neurodermitis sollten bei der Hautpflege verschiedene Wirkstoffe eingesetzt werden: Bei trockener, rissiger und schuppiger Haut kommt es auf eine rückfettende und feuchtigkeitsspendende Wirkung an. Wenn keine Entzündung besteht, sind Pflegepräparate mit Harnstoff (Urea) und Linolensäure empfehlenswert. Ebenfalls haben sich Cremes und Salben mit Eichenrindenextrakt, Omega-6-Fettsäuren aus Nachtkerzensamen- oder Traubenkernöl bewährt, die den hauteigenen Barrierschutz stärken. Präparate mit dem Wirkstoff Polidocanol wirken lokal betäubend und können so den Juckreiz lindern.

Hautpflege entsprechend der Wetterlage

Die Basispflege sollte immer den Außentemperaturen angepasst sein. Im Sommer eignen sich in der Regel etwas weniger fettreiche, hautberuhigende Cremes oder Lotionen. Im Winter sowie bei starker Hauttrockenheit ist dagegen eine Creme oder eine Salbe mit hohem Fettanteil angebracht.

Hautreinigung bei Neurodermitis

Aufgrund des häufigen Eincremens bildet sich auf der Haut ein Film aus Pflegemitteln, Bakterien, Hautschuppen und Schweiß. Die empfindliche Haut verleiht zur Schonung und damit zum seltenen Reinigen. Auf lange Sicht erzeugt dieses Vorgehen jedoch mehr Reizungen und Probleme. Die tägliche Reinigung ist daher entscheidend für den Zustand der Haut. Nur wenn nötig, sollten milde Zusätze und Reinigungspro-

dukte, wie rückfettende Ölbäder, Verwendung finden. Ansonsten reicht klares Wasser vollkommen aus. Weiterhin empfehlen sich lauwarme bis kühle und kurze Duschen. Lange, heiße Bäder sind dagegen zu meiden.

Im Anschluss an die Reinigung wird die Haut trockengetupft, nicht gerieben oder gerubbelt. Um zusätzliche Reizungen auszuschließen, sollten folgenden Hinweise beachtet werden:

- Handtücher, Bettwäsche und Kleidung so oft es geht wechseln, denn häufiges Waschen mit wenig Waschmittel entfernt Rückstände der Hautpflege, Hautschuppen und Bakterien.
- Alle Hautpflegeprodukte im Kühlschrank aufbewahren. Dadurch halten die Mittel nicht nur länger, sie haben auch einen zusätzlich beruhigenden Effekt auf die Haut.

Sonnenschutz bei Neurodermitis

Sonnenschutzmittel für Neurodermitiker sollten besonders hautverträglich sein. Idealerweise sind sie frei von Duftstoffen und Konservierungsmitteln sowie auf der Basis von Wasser in Öl hergestellt. Auf diese Weise wirken sie feuchtigkeitsspendend und rückfettend. Weiterhin ist es ratsam, lange Aufenthalte im direkten Sonnenlicht zu vermeiden und die Haut mit leichtem Baumwollgewebe zu schützen.

Hautpflege zur Heuschnupfenzeit

Zu den sogenannten Neurodermitis-Provokationsfaktoren gehören auch Allergien gegenüber Pollen (Heuschnupfen). Circa 70 bis 80 Prozent der Neurodermitiker reagieren auf Pollen von Bäumen, Sträuchern, Gräsern, Getreide und

www.coda-apotheken.de

CODA
APOTHEKEN
Für Deine Gesundheit



ST. JOSEF APOTHEKE

„Ihre Gesundheit ist uns wichtig“
BIRGIT UND DIETMAR HEUCHEL e. K.



Apothekerin Birgit Heuchel
und Apotheker Dietmar Heuchel e. K.
Josefstr. 21, 52134 Herzogenrath-Strass
Tel.: 02406/12500
Freecall: 0800/7856733 (0800-STJOSEF)
info@st-josef-apotheke.de

Hilfe bei Heuschnupfen und anderen Allergien

Gültig vom 15.04.2019 bis 22.06.2019



Kräutern mit einem Ekzem-Schub. Die Pollen gelangen durch die sehr durchlässige Hautbarriere von Neurodermitis-Patienten und lösen dort eine allergische Reaktion aus. Daher ist die Meidung bzw. der Schutz vor diesen Allergenen, vor allem während der Pollen-Saison, eine wichtige Maßnahme bei Neurodermitis. Zudem sollte der Aufbau der Hautbarriere und die Widerstandsfähigkeit der Haut durch regelmäßiges Eincremen mit einer speziellen Pflegecreme, die frei von Farb-, Duft- und Konservierungsstoffen ist, unterstützt werden. Während der Pollen-Saison ist es empfehlenswert, den kompletten Körper morgens und abends einzucremen, um neuen Neurodermitis-Schüben vorzubeugen.

Weitere Informationen und nützliche Tipps zur Hautpflege von Neurodermitis erhalten Sie in Ihrer Coda-Apotheke oder in unserer Online-Gesundheitsbibliothek.



CeraVe Feuchtigkeitslotion



Die leichte, nicht fettende Lotion versorgt trockene bis sehr trockene Haut intensiv mit Feuchtigkeit und unterstützt die Erneuerung der Hautschutzbarriere. Mit drei essenziellen Ceramiden sowie Hyaluronsäure, für Gesicht und Körper.

Statt 9,95*
8,95

Sie sparen 10 %

236 ml 100 ml = 3,79

Diclo-ratiopharm® Schmerzgel¹⁾



Wirkstoff: Diclofenac-Natrium. Anw.-Geb.: Zur äußerl. Behandl. v. Schmerzen, Entzünd. u. Schwellungen bei: rheumatischen Erkr. d. Weichteile (Sehnen- u. Sehnerscheiden-Entzünd., Schleimbeutel-Entzünd., Schulter-Arm-Syndrom, Entzünd. im Muskel- u. Kapselbereich), degenerativen Erkr. d. Extremitäten-Gelenke u. im Bereich d. Wirbelsäule, Sport- u. Unfallverl. (Verstauchungen, Prellungen, Zerrungen).
Warnhinw.: Gel enth. (3-sn-Phosphatidyl)cholin (Soja), Sojaöl. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben!

150 g
100 g = 9,99

Statt 15,80*
14,99

Sie sparen 5 %

Biolectra® Magnesium 400 mg ultra Direct Zitrone

Zur täglichen Magnesiumversorgung bei erhöhtem Bedarf. 1 Stick enthält 400 mg Magnesium, dies entspricht 107 % des Tagesbedarfs. Enthält eine Phenylalaninquelle. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.



Statt 19,25*
17,99

Sie sparen € 1,26

40 Stück



Inkontinenz

Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko, eine Harninkontinenz zu entwickeln. Jedoch hängt dies auch von der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit ab.

Seite 3



Neurodermitis

Die Haut von Neurodermitikern benötigt mehr Pflege, sei es bei der täglichen Hautpflege, nach dem Duschen oder Baden, beim Sonnenbad oder an kalten Wintertagen.

Seite 4

Gültig vom 20.05.2019 bis 22.06.2019

15 % Rabatt

auf einen Artikel Ihrer Wahl

Ausgenommen bereits reduzierte Artikel, Aktionsware, rezeptpflichtige Artikel und Zuzahlungen. Pro Kunde und Produkt nur ein Coupon einlösbar.

Eine Kombination mit anderen Rabatten ist nicht möglich.
Nur gegen Vorlage des Coupons einlösbar.

EINLÖSBAR NUR IN
CODA
APOTHEKEN
Für Deine Gesundheit

Alle Preise sind Abholpreise in Euro inkl. gesetzlicher MwSt. Alle Angebote nicht kombinierbar mit anderen Aktionsvorteilen. Solange Vorrat reicht. Irrtum und alle Rechte vorbehalten. * Bisheriger Verkaufspreis.

1) Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Alle Preise sind Abholpreise in Euro inkl. gesetzlicher MwSt. Alle Angebote nicht kombinierbar mit anderen Aktionsvorteilen. Solange Vorrat reicht. Irrtum und alle Rechte vorbehalten. * Bisheriger Verkaufspreis.

Eine Allergie ist eine überschießende Immunreaktion des Körpers auf eigentlich harmlose Stoffe. Dabei ist das Immunsystem nicht in der Lage, gefährliche von ungefährlichen Substanzen zu unterscheiden. Es bildet Abwehrzellen gegen sogenannte Allergene.

Zu den häufigsten Allergien gehören neben Heuschnupfen (auch Pollenallergie genannt) auch die Hausstaub- und Nahrungsmittelallergie. Oftmals ist Heuschnupfen nicht die einzige Allergie, in vielen Fällen kommt es zu sogenannten Kreuzallergien. Das heißt, der Körper reagiert auf andere Allergene mit ähnlichen Eiweißstrukturen auch allergisch. So treten Pollen- und Nahrungsmittelallergien oft zusammen auf.

Mögliche Allergieauslöser

Es gibt unzählige Auslöser für Allergien, da nahezu jeder Stoff eine allergene Wirkung haben kann. Folgende Stoffe lösen besonders häufig eine überschießende Immunreaktion aus:

- Blütenpollen
- Tierhaare
- Schimmelpilzsporen
- Staubmilben
- Lebensmittel (vor allem Nüsse, Eier, Kuhmilch)
- Medikamente (vor allem Penicillin)
- Latex
- Konservierungsmittel
- Insektengift

Typische Allergiesymptome

So unterschiedlich wie die Allergien selbst sind auch deren Symptome. Typische Anzeichen einer Allergie sind Fließschnupfen, verstopfte Nase, häufiges Niesen, tränende, juckende oder gerötete Augen, Hautausschlag, Nesselsucht, Husten, Halsschmerzen oder Atemnot. Aber auch Reaktionen des Magen-Darm-Trakts wie Durchfall und Erbrechen sind möglich. Weiterhin

Hilfe bei Heuschnupfen und anderen Allergien



kommt es vor allem bei Lebensmittelallergien zum Anschwellen der Schleimhäute im Mund- und Rachenraum sowie zum Kribbeln und Brennen der Lippen. Wenn dazu Atemnot auftritt, sollte rasch ein Arzt aufgesucht werden.

Allergien medikamentös behandeln

Die medikamentöse Therapie kann nicht nur akute allergische Reaktionen lindern, sondern sie auch im Vorfeld verhindern. Schnell wirkende Antihistaminika oder Mastzellstabilisatoren (zur Vorbeugung) sind in Form von Tabletten, Nasensprays und Augentropfen erhältlich. Häufig verordnete Wirkstoffe sind Cetirizin, Loratadin und Cromoglicinsäure. Auch sogenannte Corticosteroide (Kortison-Präparate) hemmen Entzündungen, erweitern die Atemwege und lindern auf diese Weise allergische Symptome.

Alternative Behandlungsmethoden

Die wichtigste Maßnahme ist die sogenannte Allergenkarrenz. Hierbei wird das Allergen

komplett gemieden, um allergische Reaktionen zu verhindern. Weiterhin findet die homöopathische Allergiebehandlung großen Anklang. Die Wirksamkeit homöopathischer Potenzen in Form von Globuli ist zwar immer noch umstritten, dennoch lindern sie bei vielen Allergikern die Symptome.

Hyposensibilisierung

Diese Methode ist eine Art Abhärtungstraining, das zwischen 3 und 5 Jahren dauert. Dabei werden mit ansteigender Konzentration die Allergene unter die Haut gespritzt, um nach und nach eine bessere Toleranz gegenüber den allergieauslösenden Stoffen zu erreichen.

Gerne beraten wir Sie in Ihrer Coda-Apotheke ausführlicher über die Behandlungsmöglichkeiten Ihrer Allergiesymptome, oder Sie schauen einfach mal in unserer Online-Gesundheitsbibliothek vorbei.



Inkontinenz im Alter

Durch aktive Therapiemaßnahmen (wie Kontinenz- und Blasen- und Blasentraining) können einige Inkontinenzformen erfolgreich behandelt werden. Bei anderen Formen kann zumindest das Ausmaß eingedämmt werden, um für Betroffene einen möglichst normalen Alltag zu schaffen. Menschen, die in ihrer Bewegung eingeschränkt oder gar bettlägerig sind, kann meistens nur mit speziellen Inkontinenzhilfsmitteln geholfen werden.

Ältere Menschen leiden vermehrt unter einer Dranginkontinenz, die bei Frauen häufig in Kombination mit einer Belastungs- bzw. Stressinkontinenz auftritt. Bei einer Dranginkontinenz bewirkt starker Harndrang einen unweigerlichen Urinabgang. Schuld daran ist eine Überaktivität oder Überempfindlichkeit der Harnblase.

In Alten- und Pflegeheimen leiden Betroffene häufiger an einer Überlaufinkontinenz: ein ständiges Tröpfeln aus der Harnblase sowie Harnröhre, das durch einen zu hohen Blaseninnendruck ausgelöst wird. Ältere Menschen können aber auch eine Reflexinkontinenz bekommen. Hierbei erfolgt die Entleerung ausschließlich als Reflex. Der Blasenmuskel zieht sich dabei durch einen zufälligen Reiz wie z. B. Husten zusammen und die Blase wird entleert.

Mögliche Ursachen für eine Inkontinenz im Alter

- Schwäche des Blasen-schließmuskels



- Abnutzungserscheinungen der Blase
- Rückgang des Nervengewebes (wodurch das Gehirn den Harndrang nicht mehr zurückhalten kann)
- Neurologische Erkrankungen wie Alzheimer oder Parkinson
- Diabetes
- Östrogenmangel (nach den Wechseljahren)
- Medikamente wie harntreibende Präparate, Psychopharmaka oder blutdrucksenkende Arzneimittel
- Vermehrte Harnwegsinfekte (z. B. durch starke Blasenreizung)
- Körperliche Störungen wie Prostatavergrößerung (Abflusshindernis)
- Als Folge von Operationen oder Unfällen

Behandlungsmaßnahmen: Miktionsprotokoll und Kontinenztraining

Hilfreich kann das Führen eines Miktionsprotokolls sein. Hierbei handelt es sich um eine Art Blasentagebuch, in dem festgehalten wird, in

welchen Zeitabständen der Betroffene die Blase entleeren muss. Dadurch erhält er einen genauen Überblick und kann vor der eigentlichen Zeit die Toilette aufsuchen und das Einnässen verhindern. Sind die Intervalle zwischen der Blasenentleerung sehr kurz, sollten diese durch eine langsame Steigerung verlängert werden. Bei Pflegebedürftigen muss der Betreuer das Führen des Miktionsprotokolls übernehmen, um so das Einnässen zu protokollieren und mit dem rechtzeitigen Gang zur Toilette Abhilfe zu schaffen. Nächtliches Einnässen kann durch eine Wecker-Erinnerung verhindert werden.

Inkontinenzhilfsmittel benutzen

Je nach Schweregrad der Inkontinenz sind diverse Inkontinenzhilfsmittel erhältlich. So können bei leichter Blasen-schwäche Inkontinenz-einlagen und bei stärkerer Inkontinenz spezielle Inkontinenzvorlagen verwendet werden. Diese saugen nicht nur den Urin auf, sondern enthalten zudem Geruchsbinder, um unangenehme Uringerrüche zu vermeiden. Bei bettlägerigen Menschen empfehlen sich Windel-hosen, die vor allem bei schwereren Inkontinenz-fällen von Vorteil sind.

Kontinenzfreundliches Umfeld

Betroffene sollten in einem kontinenzfreundlichen Umfeld leben. Dies bedeutet, dass die Toilette schnell erreichbar bzw. ein Toilettenstuhl vorhanden und in greifbarer Nähe ist.

Medikamente zur Unterstützung

Sogenannte Anticholinergika oder pflanzliche Präparate können bei häufigem und starkem Harndrang eingesetzt werden, um die Blase zu beruhigen. Dazu sollte der Arzt um Rat gefragt werden.

Scheuen Sie sich nicht davor, mit diesem Thema zu uns zukommen. Wir helfen Ihnen gerne mit Tipps zu möglichen Behandlungsmethoden weiter. Oder Sie schauen einfach mal in unserer Online-Gesundheitsbibliothek.



Cetirizin Vividrin® 10 mg Filmtabletten¹⁾



50 Stück

Wirkstoff: Cetirizindihydrochlorid. Anw.-Geb.: Antiallergikum zur Linderung von Nasen- und Augensymptomen bei saisonaler und ganzjähriger allergischer Rhinitis sowie Linderung von Urtikaria (Nesselsucht). Für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren. Enthält Lactose.

Statt 9,41*
8,49

Sie sparen 10 %

Allergodil® akut Duo Augentropfen/ Nasenspray¹⁾



Wirkstoff: Azelastinhydrochlorid. Anw.-Geb.: Zur sympt. Behandl. von saisonaler allerg. Rhinokonjunktivitis (z. B. Heuschnupfen in Kombination mit allerg. Bindehaut-Entzündung) bei Pat. ab 6 J. Warnhinw.: Allergodil® akut Duo Augentr. enthält Benzalkoniumchlorid.

1 Stück

Statt 17,29*
15,99

Sie sparen € 1,30

Heuschnupfenmittel DHU Tabletten¹⁾



Anw.-Geb.: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Allergische Erkrank. d. oberen Atemwege wie z. B. Heuschnupfen u. ganzjähriger allerg. Schnupfen. Enthält Lactose u. Weizenstärke.

100 Stück

Statt 16,95*
13,99

Sie sparen 17 %

Remifemin® plus Johanniskraut¹⁾



Anw.-Geb.: Zur Linderung von Hitzewallungen und übermäßigem Schwitzen in den Wechseljahren, wenn diese Symptome mit zusätzlichen psychischen Wechseljahresbeschwerden wie z. B. Verstimmungszuständen, Nervosität u. Reizbarkeit einhergehen. Warnhinweis: Enthält Lactose u. (3-snPhosphatidyl)cholin.

60 Stück

Statt 17,29*
14,95

Sie sparen 14 %

GRANU FINK® Prosta forte 500 mg¹⁾



Wirkstoff: Dickextrakt aus Kürbissamen. Anwendungsgebiete: Beschwerden beim Wasserlassen infolge einer Vergrößerung der Prostata (Prostataadenom Stadium I bis II nach Alken bzw. Stadium II bis III nach Vahlensieck).

80 Stück

Statt 41,95*
36,95

Sie sparen € 5,00

Jetzt kostenfrei testen!

Sie möchten MoliMed testen? Sie haben die Wahl zwischen vier Musterbeutel mit verschiedenen Saugstärken und Größen.

Nur gegen Vorlage des Coupons einlösbar.



EINLÖSBAR NUR IN
CODA APOTHEKEN
Für Deine Gesundheit

Alle Preise sind Abholpreise in Euro inkl. gesetzlicher MwSt. Alle Angebote nicht kombinierbar mit anderen Aktionsvorteilen. Solange Vorrat reicht. Irrtum und alle Rechte vorbehalten. * Bisheriger Verkaufspreis.

¹⁾ Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Alle Preise sind Abholpreise in Euro inkl. gesetzlicher MwSt. Alle Angebote nicht kombinierbar mit anderen Aktionsvorteilen. Solange Vorrat reicht. Irrtum und alle Rechte vorbehalten. * Bisheriger Verkaufspreis.

¹⁾ Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.