

BERATUNG AKTUELL



DIE SCHNELLE INFORMATION AUS DER APOTHEKE

Stempel der Apotheke

Gesundheitsvorsorge in der Apotheke: Wohnortnah, ohne Termin und Wartezeit

Ihre Apotheken vor Ort bieten eine individuell abgestimmte Beratung zu Medikamenten, halten kompetente Antworten auf Gesundheitsfragen bereit und engagieren sich darüber hinaus noch für Ihre persönliche Gesundheitsvorsorge – ohne Termin und Wartezeit. Nachfolgend einige Beispiele für Präventionsangebote, die Sie in vielen Apotheken nutzen können:

Für Herz und Kreislauf – Blutfette und Blutdruck

Auf das Konto von Herz-Kreislauf-Krankheiten gehen die meisten Todesfälle in Deutschland. Die Ursachen dafür entwickeln sich bei den meisten Menschen eher langsam. Erkennt man die Symptome aber frühzeitig, kann man dem Krankheitsverlauf Einhalt gebieten oder ihn zumindest bremsen. Bestens geeignet ist die Kontrolle der Blutfettwerte und des Blutdrucks in der Apotheke. Beide Faktoren spielen eine wichtige Rolle für die Entwicklung von Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems. Stellt das Apothekenteam erhöhte Werte fest, wird darüber aufgeklärt, wie sie zustande kommen, wie sie sich senken lassen und ein Arztbesuch angeraten.

Für gesunde Körpermaße – Gewicht und Körperfett

Am Beginn vieler krankhafter Prozesse im Körper steht ein hohes Körpergewicht. Wer zu viel wiegt, belastet unter anderem Herz, Kreislauf, Gelenke und Zuckerstoffwechsel. In der Apotheke können Sie ihr Körpergewicht auf einer amtlich geeichten Körperwaage überprüfen lassen. Einige Waagen ermitteln auch direkt den Anteil an Körperfett mit. Sollte eine Gewichtsabnahme erforderlich sein, wissen Apotheker Rat, wie es gelingen kann, den Weg zur schlanke- ren Linie erfolgreich zu gehen. Gerade für einen guten Diätstart eignen sich zum Beispiel Formuladiäten.

Für einen guten Zuckerstoffwechsel – Blutzucker

Ein hoher Blutzucker weist einen Menschen als Diabetiker aus. Die meisten Menschen in Deutschland erkranken an einem Typ-2-Diabetes. Diabetes kann jedes Organ im Körper

unumkehrbar zerstören. Viele Menschen bezahlen mit einem verfrühten Tod die Folgen der Krankheit. Seinen Blutzuckerwert kennen und einen eventuell erkannten Diabetes sofort und richtig behandeln, ist deshalb besonders wichtig. In Apotheken können Sie ihren aktuellen Blutzuckerwert und in manchen auch den Langzeit-Blutzuckerwert HbA1c bestimmen lassen. Besteht der Verdacht auf einen Diabetes, steht der Besuch beim Hausarzt oder Diabetologen an.

Zur Abwehr von Infektionen – Impfschutz

Im Alltag geht das Thema Impfschutz leicht unter. Vielfach wird auch das Thema eines intakten Impfschutzes ganz falsch eingeschätzt. Was bedeutet nochmal Tetanusimpfung? Ist die Impfung gegen Masern nur etwas für Kinder? Welche Impfungen sind in welchem Alter sinnvoll? Diese und andere Fragen rund ums Impfen beantwortet Ihnen gerne Ihr Apothekenteam. Auch, wenn es um den richtigen Impfschutz für die lange geplante Auslandsreise geht.

Für exakte Ergebnisse – der Umgang mit Technik

Technik ist nicht jedermanns Sache, aber notwendig, wenn man sich, so zum Beispiel als Diabetiker, regelmäßig selbst testen muss. Apothekenteams kennen sich mit den dazu notwendigen Geräten und deren Handhabung aus. Da werden Unterschiede zwischen der Blutdruckmessung am Handgelenk und am Oberarm ebenso erklärt wie der Umgang mit verschiedenen Blutzucker-Messgeräten und mit Insulin-Pens, die Diabetikern dazu dienen, sich Insulin zu spritzen.

Für Sie stehen Vorsorge-Themen im Vordergrund, die hier nicht angesprochen wurden? Dann scheuen Sie sich nicht, fragen Sie die Gesundheitsexperten in Ihrer Apotheke.