Esberitox®

IMMUNnews

Februar 2011 ▪ Zeitschrift für PTAs

Rote Nasen:
Erkältungsgefahr zur Faschingszeit

Viele Fragen:
Sind Sie ein Typ fürs Online-Dating?

Kleine Helfer:
Gesundheits-Apps im Test!

Tolle Downloads:
iTunes-Gutscheine zu gewinnen!

INHALT

IMMUNnews im Februar 2011

IMMUNratgeber

Erkältungsfalle Fasching 4–6

IMMUNwissen

Spannendes zum Thema Immunsystem 7

IMMUNselbsttest

Sind Sie ein Typ fürs Online-Dating? 8–9

IMMUNdigital

Die besten Gesundheits-Apps im Test 10–11

IMMUNwettbewerb

Mitmachen und gewinnen 12

Impressum

Herausgeber:
Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG
Bahnhofstraße 35, 38259 Salzgitter
www.schaper-bruemmer.com
Redaktion: Patricia Besch, WHITECROSS
Konzept&Layout: WHITECROSS, Hamburg
Fotos: Fotolia
Litho: LITHOKONTOR WENIG, Hamburg
Auflage: 5.500

Esberitox® Tabletten, Zusammensetzung: 1 Tablette enthält: 3,2 mg Trockenextrakt (4–9 : 1) aus einer Mischung von Färberhülsenwurzelstock : Purpursonnenhutwurzel : Blassfarbener Sonnenhutwurzel : Lebensbaumspitzen und -blättern (4,92 : 1,85 : 1,85 : 1). Auszugsmittel: Ethanol 30 % (V/V). Sonstige Bestandteile: Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat, Macrogol MW: 6.000, Sucrose (Saccharose). **Anwendungsgebiet:** zur unterstützenden Therapie viraler Erkältungskrankheiten. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen einen der Wirk- oder Hilfsstoffe oder gegen Korbblütler. Aus grundsätzlichen Erwägungen nicht einzunehmen bei fortschreitenden Systemerkrankungen wie Tuberkulose und Sarkoidose; bei Autoimmunerkrankungen wie Kollagenosen, multipler Sklerose; bei erworbenen Immunabwehrschwächen wie Aids-Erkrankungen, HIV-Infektionen; bei Immunsuppression z. B. durch Zytostatikatherapie oder immunsuppressiver Behandlung z. B. nach Transplantationen; bei hämatologischen Erkrankungen des weißen Blutzellsystems wie Leukämie und Agranulozytose. **Nebenwirkungen:** Es können Überempfindlichkeitsreaktionen auftreten. Für Arzneimittel mit Zubereitungen aus Sonnenhut wurden Hautausschlag, Juckreiz, Gesichtsschwellung, Atemnot, Schwindel und Blutdruckabfall beobachtet. Zur Häufigkeit können keine Angaben gemacht werden. Enthält Lactose und Sucrose (Zucker); Packungsbeilage beachten. Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, 38259 Salzgitter Stand 05/09

Danke schön für Ihre tollen Reime!

Statt eines Editorials möchten wir Ihnen an dieser Stelle eine Auswahl der gelungenen Esberitox®-Reime präsentieren. Es fiel uns wirklich schwer, einen Favoriten auszuwählen!

Die Gewinnerin unseres Esberitox®-Reimwettbewerbs

(und damit stolze Besitzerin des Retro-Sessels) ist **Barbara Ott** (Stadt-Apotheke, Dietenheim) mit dem Reim:

Gut gefallen haben uns auch folgende Reime:

Melanie Tzschentke (Hufeisen-Apotheke, Berlin)
Erkältungszeit – sei auf der Hut,
mit Esberitox® wird alles gut!

Melanie Kluge (Apotheke am Bodenborn, Witten)
Jetzt geht's den Viren an den Kragen!
Mit Esberitox® ist schnell Schluss mit
erkälteten Tagen.

Gitte Widl (St. Hubertus Apotheke, Dorfen)
Schnupfen, Husten, schwerer Kopf –
Wer das nicht will: Esberitox®!

Rote Nasen:

Zum Fasching beliebt, hinterher nicht mehr!

Wenn Karneval, Fasching oder Fastnacht grüßen lassen, haben rotnasige Narren die Republik mehr oder weniger intensiv im Griff. Pünktlich ab Aschermittwoch leiden viele Feierer nicht nur unter einem Kater, auch rote Nasen tauchen wieder auf. Allerdings ist die Färbung diesmal eher auf eine akute Rhinitis zurückzuführen.

Achtung!
Sind Ihre Kunden schon jetzt vor der Faschingszeit erkältet, raten Sie ihnen zur Stoßtherapie mit Esberitox®: 3x 6 Tabletten täglich, nach Besserung: 3x 4 Tabletten täglich

Und so können Sie Ihre Kunden unterstützen:

1) Packen Sie ein kleines Faschingspaket

Machen Sie die närrischen Tage zum Thema und packen Sie für Ihre Kunden ein kleines Vorsorgepaket mit:

- Esberitox® Tabletten, die im Fall der Fälle die Erkältung verkürzen
- Taschentüchern
- Desinfektionsmittel
- Vitamin-C-Bonbons

Das kommt gut an und steigert den Abverkauf!

2) Empfehlen Sie den Erkältungsklassiker Esberitox® Tabletten

Husten-, Schnupfen- oder Fiebermittel lindern zwar die Erkältungssymptome, aber nur Esberitox® mit dem einzigartigen Immun-Aktivkomplex aus Wilder Indigo, Sonnenhut und Lebensbaum wirkt kausal gegen Erkältungsviren.
Es ist wissenschaftlich belegt*, dass die pflanzliche Wirkstoffkombination das Immunsystem gezielt stimuliert und so den Infekt um bis zu drei Tage verkürzt.

3) Stellen Sie Desinfektionsmittel auf den HV-Tisch

Der Hauptübertragungsweg von Erkältungsviren geht üblicherweise über die Hände. Durch das Bereitstellen von Desinfektionsmittel können Sie Ihren Kunden helfen, eine Ansteckung zu vermeiden.

* Quelle: Henneicke-von Zepelin, H.-H., et al., Current Medical Research and Opinion, Vol. 15 (1999): 214–227.

Vier Gründe für die erhöhte Virengefahr an Rosenmontag:

1 Dicht gedrängte Jecken

Allein beim Kölner Karneval am Rosenmontag treffen sich bis zu eine Million Jecken zum Schunkeln, Feiern und Trinken – zur Freude auch von Erkältungsviren.

2 Zu dünne Kostüme

Vor allem das weibliche Geschlecht neigt bei der Kostümwahl dazu, die eher niedrigen Temperaturen der Karnevalszeit außer Acht zu lassen und sich in kurze, leichte Kleidchen zu hüllen.

3 Temperaturwechsel von draußen nach drinnen

Rein zum Schunkeln in die Kneipe, raus auf die Straße zum Weiterfeiern und wieder rein in die nächste Kneipe. Der häufige Wechsel der Feierlocation setzt das Immunsystem ganz schön unter Druck.

4 Zu wenig Schlaf

Für manchen Faschingsfeiernden wird die Nacht zum Tag. Wer sich jedoch mit Kater und Schlafmangel zur Arbeit schleppt, leistet sicher wenig Konstruktives und raubt dem Körper die wertvollen Regenerationsphasen.

Das pflanzliche Arzneimittel Esberitox® Tabletten:

- verkürzt die Erkältung,
- mildert die lästigen Symptome,
- bekämpft krank machende Viren,
- ist gut verträglich
- und schon für kleine Jecken ab vier Jahren geeignet!

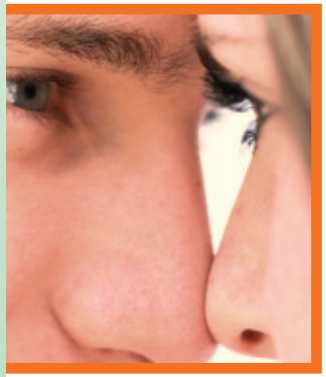
Impfstoff gegen Kokain?

Laut Ärzteblatt haben US-Forscher angeblich Mäuse erfolgreich gegen Kokain geimpft. Sie haben dazu ein Adeno-Virus mit einem chemischen Kokain-Imitat kombiniert und den Nagern verabreicht. Dies brachte das Immunsystem auf Trab und verhinderte so offenbar, dass das Kokain das Gehirn erreicht. Denn durch die Gabe des Kokain-Impfstoffes wurden therapeutische Antikörperspiegel erzielt, die die typische Unruhe unterdrücken, die ansonsten bei den Tieren unter Kokain-Einfluss auftritt.

Schon eine einzige Massage steigert die Abwehrkräfte!

Das sind doch mal entspannende Nachrichten: Durch eine wohltuende Massage wird die Anzahl des Stresshormons Cortisol im Körper verringert und die der Lymphozyten erhöht. Das zumindest legt die Studie der Wissenschaftler rund um Mark Rapaport vom Cedars-Sinai Medical Center in Los Angeles nahe. 29 Versuchsteilnehmer wurden 45 Minuten lang massiert, während eine Kontrollgruppe aus 24 Personen nur leicht berührt wurde. Vorher und hinterher wurden Blutproben entnommen und untersucht. Das Ergebnis: Nur eine einzige Massage bringt einen messbaren Nutzen für das Immunsystem.

„Ich kann dich gut riechen", sagt das Immunsystem



Laut der Online-Ausgabe der „Welt" treffen Menschen Partnerentscheidungen auch aufgrund des Geruchs des Gegenübers. Denn: der Körpergeruch lässt Rückschlüsse über die Abwehrkräfte zu, wie anhand eines „Schnüffeltests" mit getragenen T-Shirts festgestellt wurde. Insbesondere der MHC-Komplex (Major Histocompatibilty Complex), der für die Immunfunktion unentbehrlich ist, spielt dabei eine wichtige Rolle. Eine Studie mit Stichlingen hat belegt, dass diejenigen Partner bevorzugt werden, die eine optimale Ergänzung der eigenen genetischen Ausstattung mit MHC-Varianten aufweisen. Dadurch hat der Nachwuchs nämlich die besten Chancen auf ein gut funktionierendes Immunsystem.

Online-Dating

Ist das was für Sie?

Finden Sie Ihr Liebesglück eher im Internet oder im Café um die Ecke? Mit unserem Selbsttest wissen Sie's vielleicht bald!

Sie nutzen das Internet
- mehrmals täglich
- mehrmals in der Woche
- eher selten

Wenn Sie abends weggehen, ist Ihr Kleidungsstil
- sexy und figurbetont
- feminin und stilvoll
- sportlich und bequem

Ein typisches Wochenende sieht bei Ihnen so aus:
- Sie treffen sich mit Freunden und Familie
- Sie sind gern zu Hause in Ihrer Wohnung
- Sie gehen jeden Abend feiern

Wenn Sie mit Freundinnen ausgehen,
- sind Sie eher zurückhaltend
- flirten Sie gezielt mit Blicken
- gehen Sie direkt auf Ihren Traummann zu

Online-Communities wie Facebook, Twitter und Co. ...
- „... nutze ich hin und wieder."
- „... sagen mir nicht viel. Was ist eigentlich Twitter?"
- „... sind mein zweites Zuhause!"

Eine Freundin möchte mit Ihnen einen Single-Urlaub zum Männer kennenlernen buchen. Sie
- gehen schnell die Koffer packen
- bitten sie um etwas Bedenkzeit
- lehnen dankend ab

Ein interessanter Mann lädt Sie spontan auf einen Kaffee ein. Wie reagieren Sie?
- Ich lasse mir seine Telefonnummer geben
- Ich lehne freundlich dankend ab
- Ich komme natürlich sofort mit!

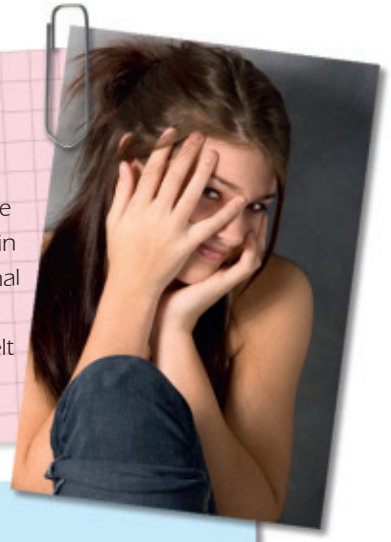
Wenn man Sie beschreiben würde, sind Sie eher:
- hilfsbereit, sorgfältig und geduldig
- spontan, direkt und selbstbewusst
- charmant, kreativ und kommunikativ

Schauen Sie einfach, welches Symbol Sie überwiegend ausgewählt haben, dieser Typus entspricht Ihnen am ehesten. Aber welcher Typ Sie letztlich auch sind: Beim Online-Dating sollte man generell vorsichtig sein und aufpassen, welche Informationen man von sich Preis gibt und was man seinem Gegenüber glauben sollte. Einige Grundregeln zum sicheren Online-Dating und Informationen zu seriösen Online-Portalen finden Sie im Internet zum Beispiel unter: **www.saferdating.de**

Überwiegend ●

Die Vorsichtige

Offensives Flirten oder gar auf einen Mann zuzugehen sind nicht Ihr Ding. Ihnen liegt es eher, wenn gemeinsame Freunde Ihnen jemanden vorstellen und wenn man sich in vertrauter Umgebung unterhält. Vielleicht sollten Sie es mal mit einer guten Online-Dating-Agentur versuchen, denn durch die Partner-Vermittler kann man schon relativ gezielt eine passende Person mit ähnlichen Interessen finden.



Überwiegend ●

Die Aufgeschlossene

Einerseits sind Sie kommunikativ, offen und flirten gerne, andererseits hoffen Sie, dass der Mann die Initiative ergreift. Eine Online-Dating-Agentur passt daher gut zu Ihnen, denn hier können Sie nach Herzenslust chatten und flirten – und so vielleicht Ihren Traumprinzen finden!

Überwiegend ●

Die Partykönigin

Sie sind ein sehr offener, aufgeschlossener Mensch und gehen in der Regel direkt auf die Männer zu, die Ihnen gefallen. Ein Online-Dating-Portal kommt für Sie eigentlich nur dann in Frage, wenn Sie bei Ihrer Traummann-Suche am Wochenende in den Ihnen bekannten Locations nicht fündig geworden sind. In dem Fall sollten Sie ruhig mal schauen, was das Netz an Alternativen zu bieten hat.

Esberitox® IMMUN digital

Gesundheits-Apps

Schon toll, welche Vielfalt an Informationen die mobilen Medien heute bieten – auch zum Thema Gesundheit. Allerdings verliert man bei mehr als 100.000 Apps im iTunes-Store schnell mal den Überblick. Wir haben drei sinnvolle Gesundheitsapps für Sie unter die Lupe genommen.

Vorsorgemanager
Gesundheitsplanung für die ganze Familie

Wann war noch mal der Zahnarzttermin? Muss nicht der Hund geimpft werden – oder war's das Kind? Und welche Vorsorge steht als nächstes an? Mit dem Vorsorgeplaner kann man alle Gesundheitstermine für die Familie (inkl. Haustiere) verwalten und erfährt zusätzlich interessante Hintergrundinformationen. Außerdem unterstützt die App die Suche nach dem passenden Arzt in der Umgebung.

gratis

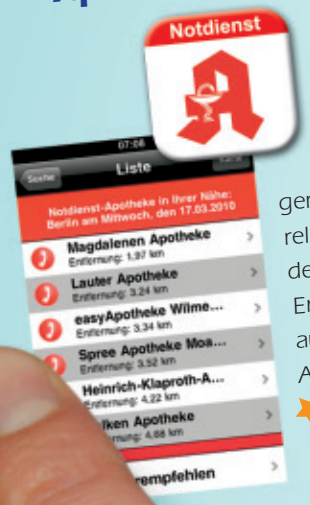
★★★★★ alle Termine in einer App

Grippe & Co.
Die zwanzig häufigsten Winterkrankheiten

Klar, man könnte sich auch im Internet über Erkältungen und andere Übel informieren. Die Anwendung Grippe & Co. bietet allerdings einen schönen Überblick über typische Erkrankungen in der kalten Jahreszeit, wie man sie vermeiden und ggf. wieder loswerden kann. Auch die Erreger und klassische Symptome werden vorgestellt. Die fachliche Beratung in der Arztpraxis oder beim Apotheker kann und soll die App selbstverständlich nicht ersetzen. **Kosten: 0,79 €***

★★★★☆ Gut für den schnellen Überblick

Apotheken
Apotheken-Notdienst-Finder



Sie ist die einzige offizielle Anwendung der Bundesvereinigung deutscher Apothekenverbände. Der Nutzer erfährt tagesaktuell, welche der 2.000 Notdienst-Apotheken sich gerade in seiner Nähe befindet. Auch relevante Informationen wie der Name der Apotheke, Adresse, Telefonnummer, Entfernung und Öffnungszeiten werden auf Wunsch angezeigt. Kleiner Nachteil der App: sie ist relativ teuer. **Kosten: 2,99 €***

★★★☆☆ tagesaktuelle Informationen, aber relativ teuer

* Download über den iTunes-Store von Apple

Einsende-
schluss
30.04.2011

iTUNES-GUTSCHEINE GEWINNEN!

Musik, Filme oder Apps – Sie haben die Wahl!

Wir verlosen 5 Gutscheine für Apples iTunes-Store im Wert von je 50,– Euro! Einfach die Gewinnspielfrage unten beantworten und mit Glück gewinnen!

Schreiben Sie uns per E-Mail an:
info@immunnews.de, per Fax 01 80-5 07 01 05
oder per Post an

WHITECROSS
IMMUNnews Redaktion
Paul-Dessau-Straße 3c
22761 Hamburg

IMMUNnews Abo kostenlos bestellen und iTunes-Gutschein gewinnen:
Coupon ausfüllen und einsenden oder faxen an: 01 80-5 07 01 05.

Wie wirkt der einzigartige Immun-Aktivkomplex in Esberitox® gegen Viren?

NAME/VORNAME: APOTHEKE:

STRASSE: PLZ/ORT:

Privatanschrift:

STRASSE: PLZ/ORT:

E-MAIL:

☐ **Ich habe bereits ein kostenloses IMMUNnews Abo, möchte aber trotzdem an der Verlosung teilnehmen!**