

Winterzeit – Weihnachtszeit – Erkältungszeit

Sehr geehrte Frau Müller,
mit der Eröffnung der ersten Weihnachtsmärkte ist jedem klar, die Adventszeit hat begonnen. Die Weihnachtsvorbereitungen sind in vollem Gange. Wir hoffen aber auch, dass etwas Ruhe und Entspannung einzieht. Vielleicht haben Sie wieder mal Zeit, um mit den Kindern und Enkeln Plätzchen und andere Naschereien zu backen. Für viele ist es die schönste Zeit im Jahr.

Es ist aber auch die Zeit der Grippe-Viren. Wir möchten Ihnen ein paar Tipps geben, wie Sie sich vor einer Ansteckung schützen können. Grippeviren breiten sich rasend schnell als Tröpfcheninfektion aus, etwa beim Niesen, Husten oder Sprechen. Zudem kann man sich durch Händeschütteln oder über kontaminierte Gegenstände anstecken. An Türklinken, Einkaufswagen, Haltestangen in Bus und Bahn, aber auch an Telefonhörern oder Computer-Tastaturen lauern die Gefahren.

Um eine Infektion zu vermeiden, sollte man Menschenansammlungen meiden und sich mehrmals am Tag gründlich die Hände waschen - mindestens 30 Sekunden lang. Seife sollte in den meisten Fällen ausreichend sein. Mit der Verwendung spezieller Nasensprays, die das Andocken von Viren an unseren Schleimhäuten erschweren, können wir das Infektionsrisiko minimieren.

Die Verwendung von Desinfektionsmittel sollte gefährdeten Personen, wie chronisch Kranken, Schwangeren und Menschen, die häufig Kontakt mit Erkrankten haben, vorbehalten sein. Diesem Personenkreis und Menschen über 60 Jahren raten Experten zu einer Gripeschutz-Impfung. Denn je mehr Menschen sich impfen lassen, desto schlechter können sich die Erreger ausbreiten.

Sprechen Sie uns an. Wir beraten Sie gern.

Ihr Apotheker Steffen Quellmalz und
das gesamte Team der Aesculap-Apotheke Aue

Gutschein
Für ein Wasch-Set

Dezember 2018 –
gültig bis Januar 2019
Nur solange der Vorrat reicht!

AESCULAP APOTHEKE