GESUNDHEITS MAGAZIN

Ausgabe Oktober 2023

Umfassende Informationen Ihrer

Apotheke am Grauturm
Marktplatz 38, 96106 Ebern

Alles Gute für Sie!

APOTHEKE
am Grauturm

INHALT

❶ *Titelthema*
VERSTOPFUNG BEI KINDERN BEHANDELN

❷ *Artikel*
WANN MUSS MEIN KIND IN DIE KLINIK

❸ *Gesundheitstipp*
INHALIEREN BEI KINDERN

❹ *Tipp des Monats*
MEDIZINISCHE SÄFTE FÜR KINDER RICHTIG DOSIEREN

❺ *Ausmalbild*
FÜR KLEINE KÜNSTLER

Titelthema

Verstopfung bei Kindern behandeln

Geduld ist gefragt

Bauchschmerzen, Schmerzen beim großen Geschäft, entzündete Risse am After? Manche Kinder werden immer wieder von einer Verstopfung geplagt und haben direkt Angst vor dem schmerzhaften Toilettengang. Doch dies muss nicht sein. Eltern benötigen etwas Geduld, denn langfristig lässt sich das Problem in den Griff bekommen. Wenn eine Verstopfung öfter auftritt, sollten Eltern mit dem Kind den Arzt aufsuchen, um eine Chronifizierung der Verstopfung zu vermeiden und Erkrankungen auszuschließen. In manchen Fällen liegt eine angeborene Kuheiweißallergie vor, die die Verstopfung verursachen kann.

Fortsetzung auf Seite 2

Angebot des Monats

Gingium © 120 mg
Filmtabletten – 120 Stück

50,38€ statt 96,89 € LVP [1,3]

Mehr Angebote finden Sie auf unserem Aktions-Blatt

Ihr Apotheker
Dr. Marc Fitzner

Liebe Kundinnen und Kunden,

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen. Vor allem nicht, wenn sie krank werden. Sie brauchen andere Arzneien und müssen auch früher zum Arzt. Dabei ist die Faustregel: Je jünger ein Kind ist, desto früher sollte es bei Krankheiten, Infektionen und Unfällen zum Arzt. Meistens ist dann der Kinderarzt die richtige Anlaufstelle. Es gibt aber auch Situationen, die unbedingt den Notarzt erfordern. Alles, was Ihnen hier im Fall der Fälle die Entscheidung erleichtert, finden Sie in diesem Gesundheitsmagazin. Und dazu noch viele Extra-Tipps für Kids – etwa, wie Sie Säfte optimal verabreichen oder lästige Verstopfungen erfolgreich behandeln, so dass der Nachwuchs schnell wieder gesund ist.

Sollten Sie für sich selbst oder für Ihr Kind Medikamente benötigen, so kann das in Zukunft schneller und einfacher ablaufen: Der Arzt „speichert" die von ihm verordneten Arzneimittel auf einem Server – ohne dass Sie extra in die Praxis müssen. In Ihrer Apotheke rufen wir dann über Ihre elektronische Gesundheitskarte Ihre Verordnungen vom Server ab und versorgen Sie mit Ihren verordneten Medikamenten.

Und natürlich liefern wir auch alles gerne zu Ihnen nach Hause.

Kommen Sie zu uns – wir informieren und beraten Sie gerne

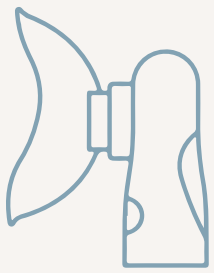
Dr Marc Fitzner

Ihr Dr. Marc Fitzner
und das gesamte Team

INHALIEREN

MIT KINDERN

Auch Kinder müssen bei Erkrankungen manchmal Arzneistoffe inhalieren. Bei ihnen ist die Anwendung von Dosieraerosolen oft schwierig, da das gleichzeitige Einatmen und Freisetzen des Wirkstoffs oft noch nicht richtig gut koordiniert werden kann.



Manchmal reicht die Stärke des Atemstroms nicht aus. Bei Kindern bieten sich daher elektrische Vernebler oder sogenannte Spacer als Inhalierhilfen an.

BABYMASKEN ALS AUFSATZ IN SCHNULLERFORM

Bei Verneblern gibt es spezielle Baby- oder Kindermasken – sogar in Schnullerform. Mit dem Mundstück ist die Effektivität des Inhalierens größer.
Diese Anwendungsform ist ab dem Kindergartenalter empfehlenswert.

ABLENKEN KANN HELFEN

Um die Inhalierzeit zu begrenzen, wählt man am besten 2,5 ml Kochsalzlösung. Gleichzeitig kann man beim Inhalieren etwas vorlesen oder vorsingen, um das Kind abzulenken.

LASSEN SIE SICH EINFACH
IN DER APOTHEKE BERATEN.

Artikel

Wann muss mein Kind in die Klinik?

OFT REICHT EIN ARZTBESUCH

Viele Eltern sind verunsichert, wann sie mit ihrem kranken Kind zum Arzt gehen und wann sie gar den Notarzt holen sollten. Oft reichen zur Behandlung Hausmittel, doch sind sie Eltern nicht immer bekannt. Generell gilt, dass ein Kind mit stark verschlechtertem Allgemeinzustand, Atemnot, länger als vier Tage andauerndem Fieber (über 38 Grad), akutem Fieber über 40 Grad beziehungsweise längeren Ohren- und Halsschmerzen sowie bei deutlichen Schmerzen (Schonhaltung) den Arzt aufsuchen sollte.

BEI KLEINKINDERN SCHNELLER ZUM ARZT GEHEN

Bei Kleinkindern unter einem halben Jahr sollte man bei Fieber oder schlechtem Trinkverhalten immer den Kinderarzt aufsuchen. Durchfall und Erbrechen können ebenfalls ein Fall für den Arzt sein, wenn das Kleinkind zu wenig Flüssigkeit zu sich nimmt und zu viele Elektrolyte ausscheidet. Wenn sich ein Säugling innerhalb von ein bis zwei Stunden mehrmals erbricht, muss man den Arzt aufsuchen. Gleiches gilt für Verletzungen, Unfälle und Ohrenschmerzen.

BLAU ANLAUFEN BEI FIEBERKRAMPF

Ein echter Notfall liegt bei einem Fieberkrampf vor. Besonders Kinder zwischen ein und drei Jahren sind betroffen. Es handelt sich um eine Veranlagung das Gehirns, auf Fieber mit Krampfanfällen zu reagieren. Man bemerkt einen Fieberkrampf daran, dass das Kind innerhalb weniger Sekunden blau anläuft, das Bewusstsein verliert, und sich die Muskeln verkrampfen oder erschlaffen. Man sollte hier die Notarztnummer wählen. In der Regel erholen sich die Kleinen zwar nach einigen Minuten wieder, doch bei einer Dauer von mehr als 15 Minuten müssen Medikamente (z. B. Zäpfchen mit Benzodiazepinen) zum Einsatz kommen. Man kann hierfür auch immer ein Notfallmedikament mit sich führen.

IM NOTFALL 112 WÄHLEN

Kinder, die unter schwerer Atemnot leiden und/oder blaue Lippen haben oder die Anzeichen einer schweren Verletzung oder Blinddarmentzündung zeigen, in Verbindung mit Fieber, Übelkeit und Erbrechen, müssen eine Klinik aufsuchen. Auch Nackensteifigkeit (Schmerzen beim Anheben des Kopfes in Rückenlage) ist ein Fall für die Klinik.

WICKELTISCH BEINHALTET FALLGEFAHR

Wenn Säuglinge fallen und schreien (z. B. vom Wickeltisch), müssen Eltern kontrollieren, ob die Pupillen geweitet sind, was ein Anzeichen für eine Blutung sein kann. Desweiteren kann es auch ohne dieses Symptom Stunden nach dem Fall zu Schläfrigkeit und verlangsamten Reaktionen kommen. Auch hier sollte man ins Krankenhaus fahren, um Hirnblutungen ausschließen zu lassen. Generell gilt: Die Notrufnummer 112 wählt man bei ernsthaften und lebensbedrohlichen Erkrankungen.

WANN

… MUSS EIN KRANKES KIND INS KRANKENHAUS/ DER NOTARZT GEHOLT WERDEN?

Blau anlaufen
(Fieberkrampf)

Bewusstsein verlieren, mit Verspannung/Erschlaffen der Muskeln

Schwere Atemnot, blaue Lippen

Schwere Verletzung

Blinddarmentzündung
(starke Schmerzen im rechten Oberbauch)**, mit Fieber, Übelkeit, Erbrechen**

Nackensteifigkeit

Sturz, z.B. vom Wickeltisch mit Folge: erweiterte Pupillen und/ oder nachfolgende Schläfrigkeit, verlangsamte Reaktionen

… ZUM ARZT?

Säuglinge:
Mehrfaches Erbrechen innerhalb von ein oder zwei Stunden

Kinder unter einem halbem Jahr:
Fieber oder schlechtes Trinkverhalten

Starke Schmerzen, besonders nach Unfall oder Verletzung

Ohrenschmerzen, Halsschmerzen länger als vier Tage

Fieber über 38 Grad länger als vier Tage

Akutes Fieber über 40 Grad

Titelthema

Verstopfung bei Kindern behandeln

GEDULD IST GEFRAGT

MEHRMALS PRO TAG STUHLGANG IST NORMAL

Der Stuhlgang gilt als normal, wenn ein Kind ein- bis dreimal pro Tag/alle zwei Tage den Darm entleert. Bei gestillten Säuglingen kann es auch seltener - oder öfter (bis zu vier- oder fünfmal pro Tag) - vorkommen. Wenn Kinder an Verstopfung leiden, wird die Toilettensitzung zur Qual, denn oft kann der Darm nur noch unter großen Schmerzen entleert werden. Durch den Druck kommt es zu Einrissen am After, die ebenfalls schmerzhaft sind, weil sie sich entzünden. Bleiben harte Stuhlreste im Darm, kann sich das Kind nach dem Stuhlgang nicht entspannen. Es ist dann in seinem Alltag stark beeinträchtigt. Wird die Verstopfung chronisch, kann sich der Darm auf die Dauer weiten, und es können sich kleine Stuhlmengen öfter auch unbemerkt entleeren, was für die Betroffenen sehr belastend ist.

MEDIKAMENTE ZUR STUHLERWEICHUNG HELFEN

Der Arzt untersucht mögliche Ursachen einer (langfristigen) Verstopfung. Ist eine Erkrankung, Allergie oder Fehlbildung ausgeschlossen, wird in der Regel ein Medikament verschrieben, um den Stuhl weicher zu machen, z. B. Macrogol (ab dem Alter von sechs Monaten). Es ist als Pulver oder Konzentrat zum Trinken erhältlich. Es bindet Wasser im Darm, erweicht den Stuhl und vergrößert sein Volumen. In der Folge arbeitet der Darm mehr und kann den Stuhl leichter ausscheiden. Dieses Mittel kommt bei akuter und auch chronischer Verstopfung zum Einsatz. Als Nebenwirkung können Blähungen und Durchfall auftreten. Bei längerer Einnahme von Macrogol sollte dies wegen der damit verbundenen Ausscheidung von Elektrolyten durch den Arzt kontrolliert werden.

ZEITDRUCK BEIM TOILETTENGANG VERMEIDEN

Bei sehr akuten Fällen von Verstopfung kann man bei Kindern auch Glyzerinzäpfchen anwenden. Zusätzlich erhalten Säuglinge und junge Kleinkinder eine Pflege, um entzündete Stellen an Po und After zu pflegen. Wichtig ist eine Ernährungsumstellung hin zu viel Obst, verdünnten Säften und Vollkornprodukten. Ein Glas Obstsaft vor dem Frühstück kann sehr hilfreich sein. Insgesamt sollte man für ausreichend Flüssigkeit sorgen. Eltern sollten Kinder nach jeder Hauptmahlzeit an den Toilettengang erinnern. Zeitdruck beim großen Geschäft sollte man ganz vermeiden. Da eine Verstopfung sich über Monate hinziehen kann, brauchen Eltern Geduld und Verständnis.

TIPPS

BEI HÄUFIGER VERSTOPFUNG VON KINDERN:

Viel Obst, Säfte und Vollkornprodukte anbieten

Ausreichend trinken lassen

Kein Zeitdruck beim Toilettengang erzeugen

Kinder nach jeder Mahlzeit an Toilettengang erinnern

Po und After mit Pflegecreme behandeln

Arzt aufsuchen

Macrogol verschreiben lassen

In akuten Fällen: Glyzerinzäpfchen verabreichen

TIPP DES MONATS

Medizinische Säfte für Kinder richtig dosieren

Dosierspritzen erleichtern die Einnahme

Viele Kinder finden den Geschmack von Schmerz- oder Fiebersäften unangenehm. Sie machen bei der Einnahme Schwierigkeiten, was gerade bei Antibiotikasäften problematisch ist. Oft beigefügte Dosierlöffel sind bei Kindern daher nicht hilfreich.

DIREKT IN DIE BACKENTASCHE EINGEBEN

Günstig sind Dosierspritzen. Sie sind nicht nur genau dosiert, sondern auch einfach in der Handhabung: Man gibt den Inhalt einfach in die Backentasche ein (nicht in den Rachenraum wegen der Gefahr des Eindringens in die Luftröhre). So wird auch die Zunge weniger einbezogen und der eventuell bittere Geschmack spielt eine geringere Rolle. Dennoch sollte man geschmackliche Vorlieben von Kindern berücksichtigen, sofern Säfte in unterschiedlichen „Geschmacksrichtungen“ vorliegen.

Ihre Maria Först
Apothekerin

Alles Gute für Sie!
APOTHEKE am Grauturm

APOTHEKE AM GRAUTURM
Apotheker Dr. Marc Fitzner

Marktplatz 38,
96106 Ebern

Telefon: 09531 - 92 33 0
Fax: 09531 - 92 33 29

info@apogt.de
www.apogt.de

NÜTZLICHE RUFNUMMERN

Rettungsdienst 112

Apothekennotdienst 0800 - 22833

Ärztl. Bereitschaftsdienst 116 - 117

Giftnotruf 089 - 19240

ÖFFNUNGSZEITEN: Mo – Fr 8.00 – 19.00 Uhr & Sa 8.00 – 13.00 Uhr

Impressum © Copyright/Herausgeber: apodirekt GmbH, Rednitzhembach. Preisänderungen vorbehalten. Alle angegebenen Preise verstehen sich in Euro inkl. der gesetzlichen Mehrwertsteuer. Arzneimittel, die der Arzneimittelpreisverordnung unterliegen, haben in allen Apotheken einen einheitlichen Abgabepreis. Für Druckfehler bei Preisangaben oder technischen Daten übernehmen wir keine Haftung. Die Ratschläge in diesem Magazin sind sorgfältig recherchiert und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Apotheke ist ausgeschlossen.

Unsere Monatsangebote

gültig vom 01. - 31.10.2023

SIE SPAREN 26%[2]

Diclox forte 20 mg/g
Gel – 100 g (139,8 € / 1 kg)
13,98 € statt 18,98 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 25%[2]

ASPIRIN® PLUS C
Brausetabletten – 20 Stück
7,98 € statt 13,28€ LVP[1,3]
Bei Schmerzen und Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben!

SIE SPAREN 25%[2]

Phytohustil® Hustenreizstiller
Sirup – 200 ml (59,90 € / 1 L)
8,99€ statt 11,99 € UVP[3,4]

SIE SPAREN 24%[2]

HYLO-VISION®
Augentropfen – 15 ml (398,66 € / 1 L)
5,98€ statt 7,90 € UVP[3,4]

SIE SPAREN 29%[2]

ipalat® classic *oder* zuckerfrei
Pastillen – 40 Stück (37,92 € / 1 L)
4,98€ statt 6,97 € UVP[3,4]

Hilft besser ein- und durchzuschlafen.

SIE SPAREN 24%[2]

Lunalaif
Tabletten – 15 Stück
7,99€ statt 10,45 € UVP[3,4]

SIE SPAREN 24%[2]

Soledum® forte
Kapseln – 20 Stück
8,98€ statt 11,80€ LVP[1,3]

SIE SPAREN 28%[2]

nasic® O.K.
Nasenspray – 10 ml (548,00 € / 1 L)
5,48€ statt 7,65 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 48%[2]

Gingium® 120 mg
Filmtabletten – 120 Stück
50,38€ statt 96,89 € LVP[1,3]

1) Unverbindliche Herstellermeldung des Listenverkaufspreises durch den jeweiligen Hersteller an die IfA GmbH. 2) Preisersparnis gegenüber der Herstellermeldung des Listenverkaufspreises durch den jeweiligen Hersteller an die IfA GmbH. 3) **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** 4) Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Bei den genannten Sonderpreisen handelt es sich um eine unverbindliche Preisempfehlung der apodirekt GmbH. Den aufgeführten Apotheken ist die Beteiligung freigestellt. Nur solange der Vorrat reicht, nur in haushaltsüblichen Mengen. Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Irrtümer vorbehalten.

GUTSCHEIN

Gegen Vorlage erhalten Sie einmalig
15% Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl

15%

Gültig vom **01.–31.10.2023** auf einen Lagerartikel Ihrer Wahl. Ausgenommen verschreibungspflichtige Arzneimittel, gesetzliche Zuzahlungen oder bereits rabattierte Artikel. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.
Pro Person nur ein Gutschein.

Prüfaktion: Blutdruckmessgeräte

Lassen Sie Ihr Marken-Blutdruckmessgerät durch autorisiertes Fachpersonal überprüfen.

Mittwoch, 18.10.2023

ABGABE
Ihres Geräts spätestens am **17.10.2023**

ABHOLUNG Ihres Geräts frühestens am **19.10.2023**

PREIS: 9,50€

boso
BOSCH + SOHN
GERMANY

WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG

Wir suchen ab sofort oder später

eine/n **PKA** (M/W/D)
in Teil - oder Vollzeit

PKA
m/w/d

Unterstützen Sie unser erfahrenes, kompetentes und sympathisches Team in unserer modernen Apotheke.

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Arbeiten, flexible Arbeitszeiten im Rahmen unserer Öffnungszeiten, Fort und Weiterbildungsmöglichkeiten und vieles mehr.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an:

info@apogt.de