EXPERTENTIPP:

MAXIMILIAN VON KÜNSBERG SARRE
Finanzvorstand
Herba Chemosan Apotheker-AG

GRIPPEWELLE UND MÜCKENPLAGE

»Dass der Sommer vorbei ist, merken wir bei Herba Chemosan nicht nur an den kühlen Außentemperaturen. Wenn wir unseren Lagerbestand von Zeckenschutz auf Grippemittel umstellen und wieder mehr Aspirin als Sonnencremes bestellt werden, dann heißt das meist: Urlaubszeit adé. Ob der höhere Aspirin-Bedarf nun an einer Verkühlung liegt, oder am morgendlichen Stau – für uns als pharmazeutischer Großhandel zählt nur, immer genug davon auf Lager zu haben, um es bei Bedarf schnell an die österreichischen Apotheken liefern zu können. Damit wir rasch auf Grippewellen oder Mückenplagen reagieren können, herrscht in unseren Lagern mitunter das „Chaos". Um das zu überblicken, braucht es zwar kein Genie, aber bestens geschulte und motivierte Mitarbeiter. Unser Grazer Betrieb stellt aktuell auf das sogenannte „chaotische" oder auch „dynamische" Lagersystem um. Dieses ermöglicht es uns, Produkte automatisch nach ihrer Gängigkeit zu lagern. Je nachdem, wie oft ein bestimmtes Produkt bestellt wird, teilt das System den geeigneten Lagerplatz zu. Das gewährleistet intern einen reibungslosen Ablauf und gibt Ihnen als Endkunde die Gewissheit, dass die richtigen Produkte zur richtigen Zeit in Ihrer Apotheke sind. Damit Sie immer bekommen, was Sie brauchen, wenn Sie es brauchen: Denn die Herba Chemosan bringt's.«

www.herba-chemosan.at

MEINE GESUNDHEIT

ANGST UND ANGSTSTÖRUNGEN

GÜNTER NEBEL
Inhaber und GF der SANLAS Holding

Das Gefühl der Angst kennt jeder. Angst ist normal. Angst kann sogar angenehm sein – ein „wohliger Schauer". Angst ist ein Schutzmechanismus, der die Sinne schärft und bei Gefahr Flucht oder Angriff vorbereitet: Aufmerksamkeit, Anspannung, Puls und Blutdruck werden erhöht. Wird Angst zu viel, übertrieben lange anhaltend, nicht zu bewältigen, führt sie zu Einschränkungen, zu Isolation, dann ist eine Angststörung oder Phobie entstanden. Man unterscheidet zwischen Agoraphobie, der Furcht vor Menschenmengen und öffentlichen Plätzen und sozialer Phobie, der Angst davor, in Alltagssituationen aufzufallen. Bei spezifischen Phobien lösen an sich ungefährliche Situationen heftige Furcht aus (z.B. vor Spinnen, Insekten, Mäusen, Höhen, Aufzügen, vor dem Fliegen, etc.). Eine Panikstörung ist eine plötzlich auftretende, kurz anhaltende Angstattacke. Eine diffuse Angst, über einen längeren Zeitraum anhaltend, heißt generalisierte Angststörung. Doch Angststörungen können gut behandelt werden. Psychotherapie (tiefenpsychologisch, humanistisch oder verhaltenstherapeutisch), Entspannungsverfahren (Autogenes Training, progressive Muskelentspannung), Biofeedback, Hypnose, aber auch Medikamente – vor allem bestimmte Antidepressiva – werden mit Erfolg eingesetzt. Auch Sporttherapie kann helfen!

www.sanlas.at

BESUCH IM KRANKENHAUS

ERLEBNIS MEDIZIN
Die Volksschüler durften medizinische Geräte wie ein Stethoskop testen.

Mit dem Stethoskop den Herzschlag hören, eine Teemischung in der krankenhauseigenen Apotheke zubereiten, digitale Röntgenbilder betrachten und einen Ultraschall sehen und „hören". Das und einiges mehr stand am Programm des Schulprojekts „Berufe", im Rahmen dessen die dritte Klasse der Volksschule Eisbach Rein das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Graz besuchte. Den 23 Schülern und VVL Hannelore Auer wurden nicht nur die Berufe Arzt und Krankenschwester vorgestellt, sondern auch viele andere Berufe, die in einem Krankenhaus zu finden sind: So beobachteten sie interessiert Elektriker, Installateure, Tischler und den Gärtner bei der Arbeit. Ein Höhepunkt des Besuches war die Besichtigung eines Schiffmotors mit 650 PS im Keller des Krankenhauses, der für die Notstromversorgung zuständig ist. In der Krankenhauskapelle erfuhren die Kinder vieles über die Tätigkeit des Seelsorgers und im Anschluss durften sie einer Krankenschwester bei der Stationsarbeit zusehen. Doch das war bei weitem noch nicht alles: Beeindruckt waren die Kinder außerdem vom Gebärdensprach-Dolmetschen in der Gehörlosenambulanz und von der öffentlichen Apotheke „Zum Granatapfel", die zeitgleich mit dem Krankenhaus im Jahr 1615 gegründet wurde und das gesamte Spital mit den benötigten Arzneimitteln versorgt. Hier durften die Kinder eine Teemischung zubereiten, an unterschiedlichen Aromaölen riechen und diese zu einem Badesalz zugeben. Sie wissen nun auch wie eine Salbe entsteht.

www.bbgraz.at

BARMHERZIGE BRÜDER
KRANKENHAUS GRAZ