

Nr. **22** | 24.5.2006 | DEUTSCHLAND € 0,80 ÖSTERREICH € 1,00 SCHWEIZ FR 1,80

• Luxemb. € 1,1
• Frankr. € 1,30
• Portugal 2,00
• Slowakei € 1,1



Lea
0,80 €

Die moderne Frau
■ Mehr Ideen ■ Mehr Spaß

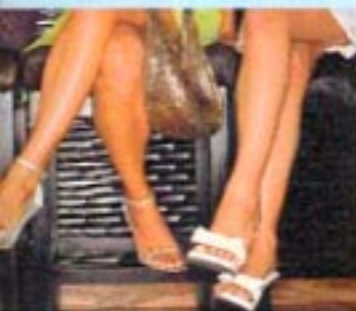
Lea

Infothek



Kapuzinerkresse statt Antibiotika

Eigentlich kennen wir Meerrettich als scharfe Bellage und Kapuzinerkresse als hübsche Kletterpflanze. Und dennoch haben sie eine Gemeinsamkeit: Sie enthalten Senföle, die eine keimtötende Wirkung haben und sich gegen Bakterien und Viren richten. In konzentrierter Form (z. B. in Angocin Anti-Infekt N) können sie eine Alternative zu Antibiotika sein und bei Harnwegsinfektionen helfen. Fragen Sie Ihren Arzt!



Für schöne und gesunde Beine

Endlich Sommer! Klar, dass nun wieder der Minirock aus dem Schrank geholt wird. Aber Hilfe, was bloß tun gegen Besenreiser? Zum Hautarzt oder zum Venenspezialisten gehen! Er kann die blauen Linien mittels Mikro-Sklerotherapie veröden bzw. prüfen, ob sie nicht auch Anzeichen einer tiefer liegenden Venenschwäche sind. Mehr Infos gibt's unter www.besenreiser-frei.de

Oh, diese Schmerzen! Es zieht und pocht im Kopf – und jede Bewegung tut höllisch weh. Rund 50 Millionen Deutsche, berichtet die Fachzeitschrift „Der Schmerz“, leiden (gelegentlich) unter Kopfweg, am häufigsten unter Spannungskopfschmerzen und Migräne. Zum Glück kann man etwas gegen das Leiden tun. Hier die wichtigsten Infos:

→ Wo kommt der Schmerz her?

- Wenn der Schädel brummt, sollte man zunächst mal seine Lebensweise checken. Denn Schlafmangel und vor allem psychischer Stress können dazu führen, dass die Schmerzen häufiger und stärker auftreten.
- Spannungskopfschmerzen werden hervorgerufen durch Muskelverspannungen sowie einseitige Belastung im Kopf- und Nackenbereich. Sie treten hauptsächlich hinter der Stirn und im Bereich der Schläfen auf.
- Migräne hat diverse Ursachen. Bei Frauen spielen hormonelle Veränderungen, zum Beispiel während der Tage, eine tragende

Bei Kopfschmerzen und Migräne kann einem das Lachen schon mal vergehen! Doch, Welch ein Glück, gegen beides gibt es wirksame Mittel, die den Schmerz schnell und fix lindern oder gar ganz beseitigen. Und dann kann man wieder mit den anderen um die Wette strahlen



Endlich frei von Kopfweg!

Sollte ich besser zum Arzt?

In 90% aller Fälle sind Kopfschmerzen harmlos. Trotzdem sollte die Ursache abgeklärt werden, wenn einer dieser Punkte zutrifft:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Die Kopfschmerzen treten erstmalig auf und halten über Tage oder Wochen an | <input type="checkbox"/> Wiederholt tritt Übelkeit mit Erbrechen auf |
| <input type="checkbox"/> Unangenehme Begleitsymptome wie Schwindel, Fieber und starke Müdigkeit | <input type="checkbox"/> Symptome wie Taubheitsgefühl, Lähmungen, Sehstörungen oder Krampfanfälle kommen hinzu |
| <input type="checkbox"/> Die Schmerzen treten schlagartig und besonders heftig auf | <input type="checkbox"/> Trotz Behandlung nehmen die Schmerzen an Häufigkeit, Stärke und Dauer zu |
| <input type="checkbox"/> Keine Besserung mit normal dosierten, nicht verschreibungspflichtigen Mitteln | <input type="checkbox"/> Die Schmerzen kommen täglich oder an mehr als zehn Tagen im Monat auf |



Aua!
Plötzlicher Kontakt des Gaumens mit Kälte kann die Ursache von Kopfschmerzen sein

