

Häufiger außer Atem?



Mit Weißdorn Herz & Kreislauf natürlich unterstützen!

Wenn Sie bei alltäglichen Dingen, wie z. B. Treppensteigen, häufiger außer Atem geraten, kann das daran liegen, dass die Leistung von Herz und Kreislauf nachlässt. Denn mit zunehmendem Alter verliert das Herz oft an Pumpkraft und die Elastizität der Gefäße nimmt ab. Doch keine Sorge, das müssen Sie nicht einfach hinnehmen.

So bleiben Sie auch weiterhin aktiv

Mit Crataegutt® und dem darin enthaltenen Weißdorn-Spezialextrakt steht Ihnen eine gut verträgliche Unterstützung aus der Natur zur Verfügung, mit der Sie bereits frühzeitig etwas tun können, um auch in Zukunft aktiv zu bleiben.

Crataegutt® ist besonders hoch dosiert – bei regelmäßiger Einnahme von 2 Tabletten am Tag fühlen Sie sich oft schon nach wenigen Wochen fitter und belastbarer.

Crataegutt® für ein aktives Leben!

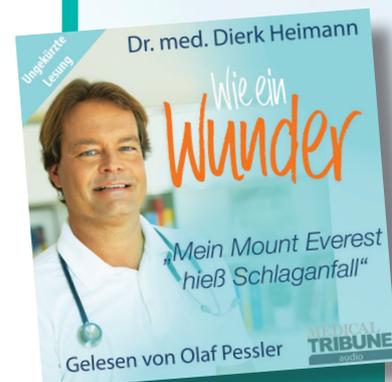
- Stärkt die Pumpkraft des Herzens
- Hält die Gefäße elastisch
- Für mehr Leistung

Pflanzlich und gut verträglich



Dr. med. Dierk Heimann

ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.
www.ihr-hausarzt-in-mainz.de



Eine Geschichte, die Mut macht!

Mit 46 Jahren erleidet Dr. Dierk Heimann einen schweren Schlaganfall. Entgegen allen Prognosen überlebt er und erholt sich fast vollständig. Er gilt als medizinisches Wunder und statistische Ausnahme. Mit beeindruckender Ehrlichkeit erzählt Dr. Heimann von seiner Doppelrolle als Patient und Mediziner. Ein Lebensratgeber, der Mut macht!



„Welcher Impfstoff ist für mich der beste, Herr Doktor?“

Seit das Bundesgesundheitsministerium verkündet hat, dass der BioNTech-Impfstoff für die Auffrischimpfungen knapp geworden sei, können meine Mitarbeiterinnen die besorgten Anrufer gar nicht mehr zählen. Viele kommen auch einfach in die Praxis. Wie meine 82-jährige Patientin. Sie weint. „Ich will diesen Impfstoff aus Amerika nicht, Herr Doktor.“ Das höre ich nicht zum ersten Mal. „Es tut mir leid, dass wir pro Woche nun weniger BioNTech-Impfstoff bekommen, als wir benötigen“, sage ich. „Aber Sie müssen sich keine Sorgen machen.“

Wie wichtig ist der Booster?

„Brauche ich diesen Booster überhaupt?“, fragt die vierfache Großmutter. Ich schaue sie an. „Unbedingt! Sie sind über 80 – Ihre Impfung

liegt länger als sechs Monate zurück. Schon nach fünf Monaten geht der Schutz zurück und die dritte Impfung kann das verhindern und die Abwehr sogar weiter stärken. Das zeigen uns Daten aus Israel. Sie stecken sich seltener an, verbreiten das Virus weniger häufig und sind vor den gefährlichen schweren Verläufen echt gut geschützt. Zudem wird die Impfung gut vertragen. Denken Sie dran: Die Intensivstationen platzen jetzt schon aus allen Nähten.“ Das überzeugt meine Patientin. „Aber den amerikanischen Impfstoff möchte ich dennoch nicht!“ „Es gibt inzwischen einige Studien, die zeigen: Eine Drittimpfung mit MODERNA oder BioNTech wirkt praktisch gleich gut. Ganz egal, welchen Impfstoff Sie vorher hatten. Dazu rät auch die STIKO, die Ständige Impfkommission.“ Die ältere Dame bleibt skeptisch.

Was ist mit den Nebenwirkungen?

„Auch die STIKO empfiehlt den MODERNA-Impfstoff – wie den BioNTech-Impfstoff – nach sechs Monaten, im Einzelfall früher. Ausnahme sind lediglich jüngere Menschen unter 30. Bei denen treten die sehr seltenen Herzmuskelentzündungen nach einer MODERNA-Impfung etwas häufiger auf, als unter BioNTech.“ „Also ist MODERNA doch schlechter!“, platzt es aus meiner Patientin heraus. Ich winke ab. „Nein. So eine Herzmuskelentzündung, über die alle so viel reden, ist selten: Es gibt etwa einen Fall pro 160 000 Impfungen. Und meistens verläuft die Entzündung total harmlos.“ „Gut, Herr Doktor. Dann nehme ich MODERNA.“ Sie macht einen Impftermin aus. Ich freue mich darüber, Sie nun bald gut geschützt zu wissen.



STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT*

Das pflanzliche Anti-Infektivum* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie

- Bekämpft Infekt-Erreger
- Löst zähen Schleim
- Verkürzt die Krankheitsdauer

Umckaloabo®

Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®



*bei akuter Bronchitis

Umckaloabo® ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

Umckaloabo® Wirkstoff: Pelargonium-sidooides-Wurzeln-Auszug. Anwendungsgebiete: Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** ISO-Arzneimittel – Ettlingen U/01/10/19/08