

# Vorsorge

„Das können Sie tun!“

**SUPER**  
Sonntag  
&  
**CODA**  
Meine HausApotheke

## Gesund in die schönste Jahreszeit

Falsche Kleidung, unzureichender Impfschutz oder ein leichtsinniger Umgang mit fremdländischen Lebensmitteln haben schon so manchem den Urlaub verdorben und ihn ins Krankbett verbannt. Gut informiert und vorbereitet stehen die Chancen jedoch gut, dass Sie Ihre Reise gesund genießen können. Mit unseren Tipps wollen wir dazu beitragen:

Der beste Beginn: in Ruhe ankommen. Starten Sie langsam mit einer dreitägigen Eingewöhnungszeit – möglichst in Ihrem gewohnten Tagesrhythmus.

**Erste Hilfe für Magen und Darm:** Arzneimittel z.B. mit dem Wirkstoff Loperamid gegen Durchfall mitnehmen, sinnvoll auch: ein leichtes Abführmittel und Tabletten gegen Reiseübelkeit.

**Sonnenbrand:** Beginnt die Haut sich zu röten, zu schmerzen und zu brennen, hilft nur eins: raus aus der Sonne und die Haut mit einer Salbe oder einem Spray mit dem Wirkstoff Hydrocortison versorgen. Hydrocortison wirkt entzündungslindernd und juckreizstillend bei Sonnenbrand und Sonnenallergie.

**Kleine Verletzungen:** Barfußlaufen am Strand oder sportliche Aktivitäten erhöhen das Verletzungsrisiko. Neben einer gründlichen Wundreinigung unterstützt Zinksalbe die schnelle Wundheilung. Hilfreich bei Prellungen/Verstauchungen eine Heparin-Salbe.

**Lippenherpes:** Zuerst fühlen die Betroffenen ein Brennen und Jucken, nach einigen Stunden bilden sich ansteckende, schmerzhafte Bläschen. Gegen die Schmerzen und das lästige Brennen und Jucken helfen Cremes mit dem Wirkstoff Aciclovir.

**Gegen Schmerzen und Fieber:** Ein Schmerz- und Fiebermittel gehört ebenfalls in Ihre Reise-Apotheke. Welches Schmerzmittel Sie mitnehmen sollten, hängt von vielen individuellen Faktoren ab. Holen Sie deshalb den Rat Ihres Coda-Apothekers ein.

**Mücken und Zecken fernhalten:** Mücken und Zecken haben im Sommer Hochsai-

son. Eine gute Wahl der Multi-Insektenschutz: Autan® Protection Plus Pumpspray wirkt gegen Mücken, Stechfliegen (wie z.B. Bremsen), Zecken und auch gegen Tigermücken.

Wenn Sie sicher sein wollen, dass Ihre Reise-Apotheke komplett ist, nehmen Sie vor Ihrer Urlaubsreise einfach den kostenlosen Service der Coda-Apotheken in Anspruch: Lassen Sie Ihre Reise-Apotheke – oder vielleicht gleich Ihre gesamte Haus-Apotheke – von einem Coda-Apotheker prüfen. Der Inhalt wird sorgfältig auf Funktionsfähigkeit hin überprüft und Medikamente, die zu alt sind, werden aussortiert.

Das Angebot ist erhältlich in folgenden Coda-Apotheken:



Apotheker Klaus-J. Froitzheim  
Dom-Apotheke  
Rathausstraße 1, 52525 Heinsberg  
Tel. 02452 - 22993, Fax 02452 - 23419  
dom-apotheke.hs@t-online.de  
www.dom-apotheke-heinsberg.de



Apotheker Luc Rey  
Schlossplatz-Apotheke  
Römerstraße 7, 52428 Jülich  
Tel. 02461 - 50415, Fax 02461 - 58405  
info@schlossplatzapotheke.de  
www.schlossplatzapotheke.de



Apotheker Alexander Niesen  
Apotheke am Medizinzentrum  
Stiftsstraße 21, 52525 Heinsberg  
Tel. 02452 - 22991, Fax 02452 - 101627  
Apotheke-am-MDZ.HS@t-online.de  
www.apotheke-am-medizinzentrum.de

### Gutschein 10% – gültig vom 01.06.2015 – 15.08.2015

Gegen Vorlage dieses Original-Gutscheins erhalten Sie beim Kauf von Autan® Protection Plus Pumpspray einen Rabatt von 10%. Pro Einkauf nur ein Gutschein einlösbar. Eine Kombination mit anderen Rabatten ist nicht möglich. Der Gutschein ist nur in einer Coda-Apotheke einlösbar.



### Autan® Protection Plus Pumpspray, 100 ml

Für Multi-Insektenschutz. Wirkt gegen Mücken, Stechfliegen (wie z.B. Bremsen), Zecken und auch gegen Tigermücken. **Wirkdauer:** Bis zu 8 Stunden Schutz vor Mücken. Bis zu 5 Stunden Schutz vor Stechfliegen (wie z.B. Bremsen). Bis zu 4 Stunden Schutz vor Zecken. Bis zu 6 Stunden Schutz vor Tigermücken. **Achtung:** Produkt bei Kindern unter 2 Jahren nicht anwenden. Nicht auf geschädigten Hautstellen (z.B. Sonnenbrand) anwenden. Entzündlich. Darf nicht in die Hände von Kindern gelangen.

Aktuelle Angebote der Dom-Apotheke finden Sie unter:  
[www.coda-dom-apotheke-heinsberg.de](http://www.coda-dom-apotheke-heinsberg.de)