

# Vorsorge

„Das können Sie tun!“

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

# Unruhe und Angstgefühle?

Das Gefühl der Angst kennt jeder Mensch. Es ist eine ganz natürliche Reaktion des Körpers. Angst weist uns auf Gefahren hin. Sie ist notwendig, um uns zu schützen. Immer dann, wenn Angstgefühle ohne fassbare Ursache auftreten oder nicht nur in bestimmten Situationen, sondern dauerhaft bestehen, liegt eine Angststörung vor. Menschen, die davon betroffen sind, fühlen sich innerlich unruhig und rastlos. Die Gedanken kreisen immer um dasselbe Thema, ohne dass sich ein Ausweg finden lässt.

## Sorgen und Überlastung:

Das Gefühl der Angst kann so sehr in den Vordergrund rücken, dass das alltägliche Leben darunter leidet. Tagsüber ist man unkonzentriert und leicht reizbar. Menschen mit belastenden Angstgefühlen und Unruhezuständen klagen fast immer über Ein- und vor allem Durchschlafstörungen, die sich natürlich wieder auf die Leistungsfähigkeit am nächsten Tag auswirken. Die Angstgefühle werden als subsyndromale oder unterschwellige Angststörung bezeichnet. Eine frühzeitige Behandlung kann den Übergang zur generalisierten Angststörung oder in die Depression verhindern.

## Medikamentöse Hilfe:

Reine Ein- und Durchschlafstörungen können mit synthetischen oder pflanzlichen Medikamenten im Rahmen der Selbstmedikation behandelt werden. H1-Antihistaminika wie Diphenhydramin oder Doxylamin besitzen einen ausgeprägt

sedierenden Effekt. Sie haben jedoch den Nachteil, dass sie, wie alle Schlafmittel, das physiologische Schlafprofil verändern, am nächsten Morgen ggf. zu Müdigkeit/Erschöpfung führen und nicht über längere Zeit genommen werden dürfen.

Die sedierende Wirkung von Baldrian, Melisse, Hopfen und Passionsblume ist ebenfalls nachgewiesen. Eine angstlösende Wirkung haben aber alle diese Medikamente nicht. Helfen kann in dieser Situation das z.B. in Lasea® enthaltene Lavendelöl Silexan®. Die Inhaltsstoffe des Lavendelöls Silexan® (Linalool und Linalylacetat) stellen das Gleichgewicht

der Botenstoffe der Reizverarbeitung sowie der Reizweiterleitung und dadurch auch die Reizfilterfunktion im zentralen Nervensystem wieder her.

Als Folge werden die kreisenden Gedanken gestoppt, Angstgefühle und innere Unruhe beseitigt. Dadurch verbessert sich die gesamte Lebensqualität. Lasea® wirkt angstlösend und ist dabei sehr gut verträglich. Weitere Vorteile: Es macht nicht müde und erzeugt auch keine Abhängigkeit. Selbst bei längerer Einnahme entsteht kein Gewöhnungseffekt. Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten sind nicht bekannt, auch nicht mit Verhütungsmitteln.

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

## Die Heilkraft des Lavendels:

- Anzeige -

Schon lange weiß man um die beruhigende und ausgleichende Wirkung von Lavendelöl. So wird es in der Aromatherapie vor allem gegen Stress, Migräne und Schlafbeschwerden eingesetzt. Allerdings wird nur der schmalblättrige Lavendel (*Lavandula angustifolia*) für medizinische Zwecke eingesetzt. Sein ätherisches Öl ist besonders reich an den Wirkstoffen Linalool und Linalylacetat. Diese z. B. in Lasea® enthaltenen Wirkstoffe erreichen die Zellen des Nervensystems und entfalten dort ihre angstlösende, beruhigende und in der Folge schlafverbessernde Wirkung.



**Lasea®, 80 mg Weichkapsel – für Erwachsene ab 18 Jahren**  
**Wirkstoff:** Lavendelöl. **Anwendungsgebiete:** Zur Behandlung von Unruhezuständen bei ängstlicher Verstimmung. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

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