



DIE GESUNDHEITSPOST

AUS IHRER MARIEN-APOTHEKE

NEWS • NEWS • NEWS • NEWS • NEWS • NEWS • NEWS • NEWS • NEWS • NEWS • NEWS

Auch unsere liebe Frau Mag. Kaiser erwartet ein Baby! Ihre Nachfolgerin ist Frau Mag. Elise Gunnarsson (ganz links im Bild) aus Schweden, und sie wird ab sofort unser Team verstärken.



AUS ALTEN ZEITEN RUND UM DIE MARIEN-APOTHEKE

Watt, Wurlitzer und Wilhelmine

Dieser Ausflug in die Geschichte beschäftigt sich mit Straßennamen. Wissen Sie, nach wem Ihre Straße/ Gasse benannt ist? Hat dieser Name etwas mit Ottakring zu tun?

Apropos „Ottakring“: woher kommt der Name unseres Bezirks? Noch 1883 glaubte man, dass der Name von Odoaker stamme, der Ottakring im 5. Jahrhundert gegründet haben soll. Das war der Germanenfürst der Zeit der Völkerwanderung, der das Weströmische Reich unterwarf. Deshalb wurde die Odoakergasse so benannt.

Odoaker hat Ottakring sicher nicht gegründet. Die Siedlung entstand wahrscheinlich im 8. oder 9. Jahrhundert, dafür spricht die Endsilbe „-ing“. Gegründet wurde sie vielleicht von einem Adeligen namens „Ottacher“ oder so ähnlich. Die erste Erwähnung des Orts in einer Urkunde stammt erst aus dem 12. Jahrhundert.

Leicht verständlich ist der Name



Ecke Wattgasse / Wilhelminenstraße



Seeböckgasse



Ecke Lienfeldergasse/Degengasse

für die große Straße, die Ottakring und Hernals verbindet, die Wattgasse. Zwar war der Erfinder der Dampfmaschine (1736 bis 1819) nie zu Besuch bei uns, aber seine Erfindung verwandelte das Weinhauerdorf Ottakring zwischen 1850 und 1900 in einen Industriort. Der deutsche Dichter Friedrich Rückert (1788 – 1866) war einfach in Mode, als das Viertel um die Apotheke gebaut wurde. Eine direkte Verbindung zu Wien besteht nicht. Interessant ist, dass er einer der ersten war, die Dichtung aus dem Orient, aus Persien und Arabien, übersetzten. Kulturen und Völker, die heute auch in Ottakring zu Hause sind.

Anton Seeböck dagegen war ein echter Ottakringer: 1838-41 war er

Dorfrichter von Ottakring. Auch Paul Wurlitzer war hier zu Hause: er errichtete 1837 das erste Kaffeehaus Ottakrings. Und Ferdinand Degen (1831 –89) gründete die Ottakringer Feuerwehr.

Schließen wir mit einer großen Dame! Hinter der Wilhelminenstraße steckt Wilhelmine, Prinzessin von Montleart-Sachsen-Curland, die 1888 Ottakring eine Schenkung von 300.000 Kronen zum Bau des nach ihr benannten Spitals machte. Das Spital wurde 1891 eröffnet.

Wir hoffen, es war wieder etwas Neues und Spannendes für Sie dabei!

Mehr zur Ottakringer Geschichte in der nächsten Ausgabe.

Wir danken Herrn Leopold Grohsinger für die Fotos.



Wichtig! *Gefährliche Wechselwirkung Grapefruits und Arzneimittel*

Die Kombination von Grapefruitsaft und einer Vielzahl von gängigen Medikamenten wie z.B.:

- | | |
|--------------------|-------------------|
| Antidepressiva | Cholesterinsenker |
| Antibiotika | Antiallergika |
| Anti-Baby-Pille | Potenzmittel |
| Blutdrucksenker | Herzmittel |
| Schmerzmedikamente | Antikrebsmittel |
| Immunsuppressiva | |

können der Gesundheit schaden!



Sie besitzen eine Stammkundenkarte und haben Ihren Jahresbonus 2004 noch nicht erhalten? Kommen Sie vorbei – der Bonus wartet auf Sie!



DIE GESUNDHEITSPOST

AUS IHRER MARIEN-APOTHEKE



**Angebote für
Stammkunden-
kartenbesitzer
bis 15. Mai**



**Crimax Produkte
- 20 %**

Achtung!

Am Mittwoch dem
20. April 2005 – von
9 bis 18 Uhr – wird bei
uns eine kostenlose
Haar- und Nagelanalyse
mit Videomikroskop
durchgeführt.
Bitte melden Sie sich
rechtzeitig an!

Wussten Sie schon...

Haare und Nägel gehören zu den Hautanhangsgebilden, das heißt dass sie von Hautzellen gebildet werden. Selber jedoch sind sie totes Gewebe aus abgestorbenen Hornzellen, weswegen sie auch schmerzlos abgeschnitten werden können.

Das Haar

Das Haar besteht vor allem aus Keratin, und aus Melanin-Pigmenten, die die Haarfarbe bestimmen. Die Pigmente befinden sich in der Haarhülle und verschwinden mit zunehmenden Alter – das Haar ergraut.

Die Anzahl der Haare wird von der Haarfarbe bestimmt: Die meisten, nämlich 140.000 Haare tragen blonde Menschen auf dem Kopf, Schwarz- und Braunhaarige 110.000 bis 100.000, und Rothaarige „nur“ 90.000.

Ein Haar lebt zwischen 2 und 7 Jahren und wächst durchschnittlich 0,35mm pro Tag, was circa 1cm im Monat entspricht. Die für die Haareubildung benötigten Nährstoffe (Proteine, Aminosäuren und Vitamine) werden von der Haarwurzel aus vielen kleinen Blutgefäßen – den Kapillaren der Lederhaut – aufgenommen.

Kommt es im Körper zu einem Nährstoffmangel, wird zuerst bei Haut, Haaren und Nägeln gespart, um die Versorgung lebenswichtiger Organe aufrecht zu erhalten. Noch dazu stellt das tägliche Haar- und Nägelwachstum für den Körper eine große Stoffwechselleistung dar. Sollten die Haarwurzeln über einen längeren Zeitraum unterversorgt sein, stellen sie ihre Tätigkeit ein. Deshalb ist es auch wichtig, den Körper von innen her zu pflegen, um äußerlich schön und kraftvoll zu wirken.

Haarausfall

Die Ursache für Haarausfall liegt immer in einer Haarwachstumsstörung begründet. Der Haarfollikel ist sehr empfindlich und reagiert entweder mit eingeschränkter Aktivität oder beschleunigtem Haarwechsel. Fast alle Männer haben genetisch-hormonell bedingt ab einem bestimmten Alter mit Haarausfall zu kämpfen, aber auch bei 80% der Frauen ab 25 werden die Haare im Schläfen- und Mittelkopfbereich spärlicher.

Die Ursache für Haarausfall kann harmlos sein und tritt z.B. einige Monate nach Fieber oder einer Röntgenbestrahlung auf. Auch wenn Haare aufgrund starker Beanspruchung abbrechen erscheinen sie dünner, was oft mit Haarausfall verwechselt wird. (Bei abgebrochenen Haaren ist keine Haarwurzel erkennbar.)

Wir empfehlen Ihnen bei Haarproblemen ...

Es sollte in erster Linie eine Therapie der Grunderkrankung (z.B. bei einer Infektion Antibiotikagabe...) im Vordergrund stehen. Falls keine primäre Ursache feststellbar ist, können folgende Ansatzpunkte in Betracht gezogen werden:

1. Ernährungs- und Lebensumstellung
2. Kopfhautmassagen, Verzicht auf Haarspray und Föhnen
3. Pflanzenextrakte zur äußerlichen Pflege mit haarstärkender Wirkung
 - > Crimax® Haar Vitalshampoo
 - > Crimax® Haar Vitalverdichter (Haarwasser, mit zusätzlich aktiven Stoffen für eine gesunde Kopfhaut)
4. Nährstoffsupplementierung mit Haaraufbaustoffen, Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen (Liste nicht vollständig), zur innerlichen Anwendung
 - a) Biotin – Vitamin H: stellt Energie für Haarwachstum zur Verfügung, Keratinbildung wird erhöht, Hautvitamin
 - b) Calcium-Panthenat: regt den Haarstoffwechsel an und hat einen positiven Effekt auf die Nägel
 - c) Hirse: enthält Vitamine, Kieselsäure und Mineralstoffe
 - d) Hefe: enthält Vitamin B1, B2, Biotin, Pantothenäure, Aminosäuren...
 - e) Gelatine: für Haaraufbau, positiver Effekt auf Nägel
 - f) L-Cystin: Aminosäure
 - g) Kieselerde
 - > in Bio-H-tin® (Biotin)
 - > in Pantogar® (Ca-Panthenat, L-Cystin)
 - > in Haut-Haare-Nägel® (Gelatine, Ca-Panthenat, Biotin, Kieselerde...)
5. homöopathische Therapie zur innerlichen Anwendung
 - > Crimax® Haar Vitaltropfen: Die Haare werden zu neuer Haarproduktion angeregt und erneutem Haarausfall entgegengewirkt. Die Fingernägel werden kräftiger.
6. Blutgefäßstherapie zur besseren Versorgung der Haarwurzeln (zur äußerlichen Anwendung)
 - > Dercap®: Die Anzahl der Haare in der Wachstumsphase steigt an, wirkt der altersbedingten Verhärtung der Collagenfasern rund um die Haarwurzel entgegen. Es werden zwei 2-Monatskuren pro Jahr empfohlen, nach 6 Wochen treten erste Effekte ein.
 - > Regaine®: Die Haarfollikel werden wieder zur Haarproduktion angeregt. Zu Beginn ist der Nachwuchs noch flaumig, nach 4 Monaten bildet sich die gewohnte Haartracht wieder aus.
7. Hormonelle Therapie (innerlich)
Sprechen Sie mit Ihrem Facharzt darüber.

FSME-Impfaktion läuft!!!

Impfstoffe lagernd für Erwachsene: € 22,50 für Kinder: € 19,30

Auch heuer zahlt die Krankenkasse einen Zuschuss von € 3,63/€ 7,27

Marien-Apotheke

Rückertgasse 26 A-1160 Wien tel. 01/486 22 60 fax. 01/481 56 30
email. marienapotheke.1160wien@aon.at

Für die Opfer der Tsunami-Katastrophe hat die Marienapotheke den Betrag von € 665,46 gespendet!