

Liebe Kunden,

vielen ist das Thema „Kompressionsstrümpfe“ nur von Verwandten bekannt. Die Oma oder ein Onkel hatte mal „so etwas“ und beschwerten sich am laufenden Band, wie unbequem „diese Dinger“ sind. Sie selber hatten noch keinen Bedarf oder Ihnen wurde nichts verordnet.

Viele kommen zum ersten Mal mit diesem Thema in Kontakt, nach einem Besuch beim Arzt. Kompressionsstrümpfe werden ärztlich verordnet, wenn man mit den Venen Probleme hat oder unter Ödemen leidet. Auch Diabetikern sind Kompressionsstrümpfe nicht unbekannt.

Kompressionsstrümpfe werden aber nicht nur vom Arzt verschrieben, viele nutzen sie auch prophylaktisch, z.B. nach einer Thrombose oder einfach bei längeren Reisen.

Sie sehen also: Rund um das Thema Kompressionsstrümpfe sind wir Ihr perfekter Ansprechpartner, egal ob für eine Beratung, die Erstverordnung oder die wiederholte Verordnung.

Sie haben noch Fragen oder Wünsche bezüglich Kompressionsstrümpfen, oder Sie wünschen eine Beratung?

Dann besuchen Sie uns doch in einer unserer Apotheken. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und helfen Ihnen gerne!

Friedrich Apotheke
Bismarckstraße 106
41061 Mönchengladbach
☎ 02161 / 12123



Adler Apotheke am Markt
Alter Markt 49
41061 Mönchengladbach
☎ 02161 / 182361

ADLER APOTHEKE

Apotheke St. Michael
Aachener Straße 455
41069 Mönchengladbach
☎ 02161 / 540800



www.neukirchen-apotheken.de

Mit unseren

Kompressions-
strümpfen

sicher und gesund durch
den Alltag



**Fragen Sie uns, wir beraten
Sie gerne ...**

Was unsere Venen leisten – und warum wir sie unterstützen müssen

Unser Blut fließt täglich durch unseren Körper, dabei müssen unsere Venen Schwerstarbeit leisten. Denn sie sind dafür verantwortlich, dass das Blut den Weg zurück zum Herzen findet. Für den Rücktransport zum Herzen verfügen Venen über Klappen, so genannte Venenklappen. Diese werden bei Rückfluss aktiviert und verhindern, dass Blut in die falsche Richtung fließt, also in den Beinen versackt. Bewegen wir uns ausreichend, funktionieren die Venenklappen einwandfrei. Kommt es aber in Folge von z.B. zu wenig Bewegung dazu, dass die Venenklappen nicht mehr richtig funktionieren, fließt Blut in der Vene zurück und versackt dort. Das kann schlimme Folgen haben.

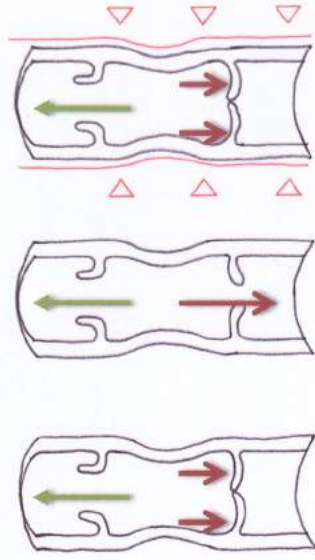


Abb. 1: Venenklappen, links: völlig in Takt, mitte: defekt, rechts: mit Kompressionsstrümpfen

Wann können Kompressionsstrümpfe helfen?

Sie müssen beruflich viel stehen oder sitzen viel am Schreibtisch? Tragen gerne High Heels? Reisen viel mit dem Flugzeug oder dem Zug? Leiden während einer Schwangerschaft an Venenschwäche oder sind erblich vorbelastet? In all diesen Fällen macht uns ein Venenleiden stark zu schaffen. Die Beine fühlen sich schwer an und sind zu meist geschwollen oder tun gar weh.

Ofimals kann die Unterstützung durch Kompressionsstrümpfe bei der Linderung von Venenleiden sehr hilfreich sein. Sie unterstützen das Bindegewebe dabei, die nötige Stabilität zu erzeugen, sodass die Venenklappen einwandfrei arbeiten.

Durch auf ihre Bedürfnisse und ihre Beine angepasste Kompressionsstrümpfe gehören schwere Beine und Probleme mit Ihren Venen der Vergangenheit an.

Wir beraten Sie umfassend und individuell und werden dank der Zusammenarbeit mit starken Partnern, die für Sie richtigen Produkte finden.

Was Sie tun können, um Ihre Venen zu stärken....

- **Trainieren** Sie Ihre Wadenmuskulatur. Ideal sind Aktivitäten wie Walken, Radfahren und Aqua-Gymnastik.
- Gönnen Sie sich **Kalte Güsse**. Führen Sie dazu einen kalten Wasserstrahl vom Fuß am äußeren Bein entlang bis zum Oberschenkel und gehen Sie an der Innenseite wieder hinunter. Wiederholen Sie dies 10 Mal.
- Mit **Cremes** und **Gelen** aus rotem Weinlaub und Roskastanie stärken Sie Ihre Venen.
- Nach Möglichkeit: **Beine hochlegen**. Das Blut kann dann leichter zum Herzen fließen. Geht das nicht, prophylaktisch Stützstrümpfe tragen.
- **Roskastanienextrakt** schützt die Venen und stoppt Entzündungen in den Gefäßen. Bei uns – Ihrer Apotheke – gibt es entsprechende Produkte als Creme oder als Tablette.
- Gönnen Sie sich eine **Beinmassage**, z.B. mit einem Massageroller oder -ball. Es bringt die Durchblutung in Schwung.
- Sollten Sie lange sitzen, **bewegen Sie die Füße** und stellen sich mal auf die Zehenspitzen, mal auf die Hacke.