

Eine Frage
3 Experten
antworten

Irene B. (62) aus Gotha



„Was hilft gegen akute Zahnschmerzen?“

Schmerzen am Zahn können unterschiedliche Ursachen haben – die immer der Arzt abklären sollte. Unsere drei Experten erklären, wie Sie mit Hausmitteln den Schmerz bis zum Zahnarzttermin lindern können.

Der Heilpraktiker
Hans Lakowski,
Praxis van Hoogeland,
Leipzig

Zur Selbst-Behandlung eignet sich das Öl der **Ackerminze**, auch Spearmint genannt (Apotheke, Bioladen): Es wirkt kühlend auf die Schleimhäute. Tragen Sie der Fingerspitze einen Tropfen auf das betroffene Zahnfleisch auf. Tipp: Vermeiden Sie Mischöle. Diese können unbekannte Stoffe beinhalten. Zusätzlich hilft es, auf einem **Frottiertuch** zu schlafen statt auf dem Kopfkissen.

Der Zahnarzt
Dr. Jochen Schmidt,
Zahnarzt & Implantologe,
Carree Dental, Köln

Gegen Zahnschmerzen hilft ein altes Hausmittel: **Gewürznelken**. Ihr Inhaltsstoff Eugenol wirkt schmerzlindernd. Ein oder zwei Nelken (Supermarkt, Apotheke) auf den betroffenen Zahn legen und darauf herumkauen, bis sie zerbröseln sind. Dann ausspucken. Eine andere Möglichkeit sind **Schmerztabletten**, zum Beispiel mit dem Wirkstoff Ibuprofen (max. 2400 mg täglich). Jedoch sollten Sie den Schmerz nicht langfristig betäuben. Die Ursache muss behandelt werden.

Die Apothekerin
Dr. Ursula Barthlen,
Brücken-Apotheke,
Dußlingen

Kühlkompressen können Linderung verschaffen: Diese auf die geschwollene Backe drücken. Ist das Zahnfleisch mitbetroffen, hilft es, mit **Salbei-Pfefferminz-Sternanis-Öl** (Apotheke) zu gurgeln. Verdünnen Sie dazu 20 Tropfen mit einem Glas lauwarmem Wasser. Bis zu drei Mal täglich damit gurgeln. Die Mischung wirkt entzündungshemmend und tötet Bakterien ab.



Meine GESUNDHEIT



Der beste Kälteschutz gegen Falten

Forscher entdeckten jetzt einen pflanzlichen Extrakt mit natürlicher Anti-Aging-Wirkung

Wind und Wetter setzen in der kalten Jahreszeit der Haut stark zu: Sie muss große Temperaturunterschiede beim Wechsel von der Kälte zur trockenen Heizungsluft verkraften. Zusätzlich drosselt der Körper die Durchblutung. Das erschwert die Versorgung mit Nährstoffen von innen und verlangsamt die Regeneration. Die Haut wird dadurch spröde und verliert an Elastizität. Vor allem unser Gesicht benötigt nun eine effektive Pflege, damit es nicht zu vorzeitiger Alterung kommt.

Anti-Aging-Kraft aus der Wüste

Einen wirkungsvollen Anti-Aging-Extrakt, der unsere Haut vor den winterlichen Extremen abschirmt, konnten jetzt Experten der Universität Miami aus dem Hohowi-Strauch gewinnen. Die Pflanze wächst unter schwierigsten Bedingungen in der Wüste und weiß sich vor schädlichen Umwelteinflüssen wie extremer Kälte und Sonne zu schützen. Die Wissenschaftler konnten nachweisen, dass ihre Inhaltsstoffe auf natürliche Weise **das Regenerationsvermögen unserer Haut aktivieren**. Dazu gehören auch Radikalfänger, die den Alterungsprozess verlangsamen. Hohowi enthält Botenstoffe, die das Zellwach-

tum tief unter der Oberfläche anregen und die körpereigene Produktion von straffenden Kollagenfasern fördern. Dadurch erhält das Gewebe wieder seine natürliche Spannkraft zurück und wirkt **glatter, jünger und geschmeidiger**. Das belegt eine klinische Studie, für die eine Creme mit dem hoch dosierten Extrakt (Celyoung Antiaging Creme, PZN 3689290, Apotheke) zum Einsatz kam. Das Ergebnis hat die hohen Erwartungen der Forscher noch deutlich übertroffen: „Bei ausnahmslos allen Patientinnen wurde die Haut straffer“, sagt Dr. Bernd Wollschläger, Professor der Universität Miami. Elastizität und jugendliche Frische der Haut kehrten zurück.



In der kalten Jahreszeit braucht vor allem unsere Gesichtshaut besondere Pflege

www.DasNeueBlatt.de

Fit und Gesund

Der Diamond Shield Zapper - Die einfache Frequenz - Anwendung für zuhause nach Dr. Cl...



Jetzt nur für kurze Zeit zusammen mit dem Buch von Heilpraktiker Baklayan: **„Sanfte Selbstheilung mit harmonischen Schwingungen“**

Telefon: 089-1890846-0
Email: Info@derma-vit.com
www.derma-vit.com

Maria Treben
Die Weisheit der Natur.

DER NEUE WEBSHOP
Jetzt besuchen und 5% RABATT sichern!
Ihr Rabattcode: WINTER2016
Gültig bis 31.01.2017

Tel.: 02402 / 71044 · www.ihrllich.de

Schmerzende Füße?
YDA Komfortschuhe für sensible Füße im aktiven Alltag!

- > Großvolumige Zehenbox
- > Herausnehmbare Einlegesohle
- > Orthopädisch designte Laufsohle
- > Atmungsaktiv und federleicht

Erhältlich unter:
www.darco-shop.de oder im gut sortierten Fachhandel.

DARCO

STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT*

Das pflanzliche Anti-Infektivum* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie packt den Infekt mit der Wurzel.

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

*bei akuter Bronchitis

Umckaloabo
Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut

Umckaloabo ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318
Umckaloabo 8 g/10 g Flüssigkeit. Für Erwachsene und Kinder ab 1 Jahr. Wirkstoff: Pelargonium-sidoides-Wurzeln-Auszug. Anwendungsgebiete: Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). 2 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. ISO-Arzneimittel - Ettlingen. U/01/03/16/05