Nr. 1 • Samstag, 27. Dezember 2014 • 1,10 €

Bild der Frau

Die Nr. 1 bei Frauen | www.bildderfrau.de

Senken Fieber, lindern Schmerzen

Omas Wickel wirken Wunder S. 46

Falsches Gesc
IHR
RECH
BEIM
UMTAUS
S.

Psychologie für jeden Tag S. 52

Komplett umgestylt! Sandra (41) hat sich getraut:

GESCHAFFT! Als neuer Typ ins neue Ja

Ihr Schlankplan 201

3 Kleidergrößen weniger!

Mit diese
Rezepten u
Experten-Ti
klappt's!
S. 42

Jetzt wird gefeiert!

- Edle Partymode S. 10
- Glamour-Make-up
- Trend-Frisuren

Ausgewandert, Familie verlassen ...

„Für die Liebe habe ich alles aufgegeben"

3 Frauen erzählen S. 28

S. 20

S. 18

NEUE STUDIE

So gefährlich sind Kinderfilme

Das sollten Eltern & Großeltern wissen S. 30

Ohne Abwiegen!

Becherkuchen

z. B. Kirsche-Marzipan S. 56

Herbert Grönemeyer: Was mich heute glücklich macht S. 25

Christian Ulmen &

Was hilft gegen Gürtelrose?

1 PROBLEM – 2 HEILWEGE

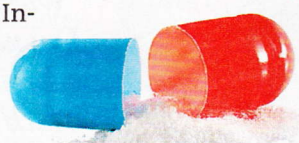
Diese Woche erklären eine Hautärztin und ein Heilpraktiker, wie sie die Krankheit behandeln

SCHULMEDIZINER

„Schnell zum Arzt gehen, um Folgeerkrankungen zu verhindern"

Dr. Eva Meigel,
Hautärztin aus Hamburg

Gürtelrose, auch Herpes zoster genannt, ist eine Infektionskrankheit, die Haut und Nerven betrifft. Sie beginnt mit einem schmerzhaften bläschenförmigen Ausschlag, vor allem im Rumpf-, Hals-, Kopf- oder Schulterbereich. Eine Gürtelrose sollte immer sofort von einem Arzt untersucht werden. Die Behandlung hängt vom Gesundheitszustand des Patienten ab. Liegt ein schwerer Verlauf vor, eine Immunschwäche oder andere Erkrankungen wie Neurodermitis, sollten Medikamente zum Einsatz kommen. Dann helfen virushemmende Mittel. Entzündungshemmende Medikamente und Schmerzmittel sollten auch eingesetzt werden. Unbehandelt oder zu spät behandelt kann die Gürtelrose schwere Folgeerkrankungen nach sich ziehen. Wie etwa die gefürchtete Post-Zoster-Neuralgie – ein ausgeprägter Nervenschmerz. Er erfordert ein langwieriges Schmerzmanagement mit Antirheumatica, Schmerzmitteln und Antiepileptica. Ein Behandlung mit B-Vitaminen als Injektion kann zusätzlich versucht werden.



NATURHEILKUNDLERIN

„Die Immunabwehr und der Darm müssen gestärkt werden"

Horst Boss,
Heilpraktiker und Schmerztherapeut aus Wackersberg bei Bad Tölz

Fast jeder von uns kann an Gürtelrose erkranken. Die Viren schlummern nach einer Windpockeninfektion unbemerkt in uns. Manchmal jahrzehntelang. Schwächelt dann unser Immunsystem, brechen die Bläschen aus. Das ist etwa der Fall, wenn wir viel Stress haben. Es ist aber auch eine Folge des Alterns. Bereits nach der Pubertät bildet sich unsere Thymusdrüse langsam zurück. Sie prägt sie Abwehrzellen, die T-Lymphozyten. Und sie produziert Hormone, die unter anderem für die Entwicklung der Immunzellen verantwortlich sind. Weniger von den Zellen und Hormonen bedeutet eine anfälligere Abwehr. Deshalb gebe ich homöopathische Thymus-, Selen- und Zink-Injektionen. Andererseits befinden sich zirka 80 Prozent des Immunsystems im Darm. Ein Stuhl-Test zeigt, ob das Gleichgewicht zwischen guten und schlechten Bakterien stimmt. Ist es gestört, verordne ich die fehlenden Bakterien in Form von Tropfen, Kapseln oder Pulver. Spezielle Enzymtabletten regulieren zudem das Immunsystem.

Wird der Magen dir zur Last

Sodbrennen Magenschmerz Völlegefühl

Iberogast®

Pflanzlich – Schnell wirksam

beruhigt die Magennerve
entspannt die Magenmuske
reguliert die Magenbeweg
normalisiert die Säurebildung
schützt die Magenschleimha