

IHR GESUNDHEITSMARKT

IN DER VON KLEIST APOTHEKE

Bahnhofstraße 4 • 59065 Hamm
Telefon 02381-973960

Wir führen u.a.:

- Inhalatoren, Vernebler und andere Atemtherapiesysteme
- Heil- Pflege- und Hilfsmittel
- Bandagen, Orthesen, Stütz- und Kompressionsstrümpfe nach Maß
- Gehhilfen und Pflegepakete
- Reha- und Alltagshilfen



Nützliche Produkte für Ihr Wohlbefinden

- ✓ **Allergie-Bettwäsche** – Weniger Hausstaubmilben.
- ✓ **HEPA-Luftreiniger & Pollenfilter** – Reinere Raumluft.
- ✓ **Atemtrainer** – Stärkt die Lungenfunktion.
- ✓ **Nasenspülungen** – Befreit die Atemwege.
- ✓ **Wearables mit Sauerstoffmessung** – z.B. Apple Watch oder Pulsoximeter zur Überwachung der Sauerstoffsättigung.

Unser Tipp



Die Kosten für manche Produkte können unter Umständen sogar von der **Krankenkasse** übernommen werden – sprechen Sie mit Ihrem Arzt!

Unsere App mit CardLink

Volle Kontrolle ... Immer und überall!

Ihre digitalen Verschreibungen sind in unserer App stets einsehbar.

- Abholung oder Lieferung
- Arzneimittelsicherheit
- Ihr direkter Draht zu uns



E-Rezept

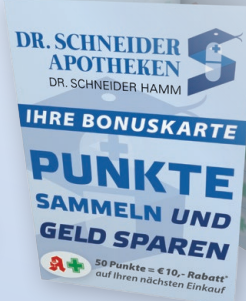
- ✓ Karte dranhalten
- ✓ E-Rezepte einlösen
- ✓ Fertig!



www.meineapothekeapp.de



BONUSKARTE



PUNKTE SAMMELN UND GELD SPAREN

50 Punkte = € 10,- Rabatt*
auf Ihren nächsten Einkauf

* Ausgenommen verschreibungspflichtige Arzneimittel und Zuzahlungen. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Keine Barauszahlung möglich.



3x IN HAMM

PARACELSUS
APOTHEKE

Papenweg 2
59071 Hamm

Telefon 02381-98550
info@paracelsus-apo-hamm.de

VON KLEIST
APOTHEKE

Bahnhofstraße 4
59065 Hamm

Telefon 02381-973960
info@von-kleist-apo-hamm.de

LÖWEN
APOTHEKE

Theodor-Heuss-Platz 13
59065 Hamm

Telefon 02381-24325
info@loewen-apo-hamm.de

SERVICE



DR. SCHNEIDER
APOTHEKEN

DR. SCHNEIDER HAMM



EINFACH BESSER DURCHATMEN



Praktische

TIPPS & TRICKS

für Asthmatiker und COPD-Patienten



Lungenerkrankungen wie Asthma oder COPD können den Alltag stark beeinflussen. Umso wichtiger ist der richtige Umgang mit Inhalatoren, hilfreichen Produkten und bewährten Hausmitteln.

Dieser Flyer bietet Ihnen kompakte Anleitungen und Tipps, die das Atmen erleichtern und Ihre Lebensqualität verbessern können – einfach, verständlich und sofort umsetzbar.



Einfach besser durchatmen – Kurzanleitung und Tipps Inhalator richtig anwenden

Damit Ihr Medikament optimal wirkt,
ist die richtige Technik entscheidend!

Dosieraerosol – z.B. Salbutamol, Foster

- 1 Schutzkappe abnehmen, ausatmen.
- 2 Mundstück mit Lippen umschließen, Spray beim Einatmen auslösen.
- 3 10 Sek. Atem anhalten, langsam über die **Lippenbremse** ausatmen.
- 4 Bei **Kortison-Inhalatoren**: Mund ausspülen oder vor dem Essen inhalieren.

Unser Tipp



Ein **Spacer** verbessert die Anwendung von Dosieraerosolen – besonders für Kinder oder Ältere!

Pulverinhalator – z.B. Turbohaler, Symbicort

- 1 Inhalator vorbereiten, tief ausatmen.
- 2 Kräftig einatmen, bis ein **Klick-Geräusch** als Bestätigung zu hören ist.
- 3 Atem anhalten, langsam über die **Lippenbremse** ausatmen.
- 4 Bei **Kortison-Inhalatoren**: Mund ausspülen oder vor dem Essen inhalieren.



Praktische Videoanleitungen



Deutsche Atemwegsliga e.V.
www.atemwegsliga.de/richtig-inhalieren/zu-den-videos.html



Lungenliga Schweiz
www.lungenliga.ch/krankheiten-therapien/asthma/asthma-richtig-inhalieren



**Arbeitsgemeinschaft
Lungensport Deutschland e.V.**
www.lungensport.org



Pflanzliche und unterstützende Mittel

Begleitende Therapie bei Asthma / COPD

- ✓ **ACC® / Acetylcystein** – Verflüssigt Schleim und wirkt antioxidativ. Besonders bei COPD sinnvoll. Bei Asthma nur nach Rücksprache anwenden.
- ✓ **Ambroxol** – Verflüssigt zähen Schleim, verbessert die Selbstreinigung der Atemwege, besonders bei COPD.
- ✓ **Soledum® / Cineol** – Wirkt schleimlösend, entzündungshemmend und bronchienerweiternd.
- ✓ **GeloMyrtol® forte** – Fördert Schleimlösung und -transport bei chronischer Bronchitis.

Unser Tipp



Diese Mittel können auch **unterstützend** bei akuten Erkältungen mit Husten eingesetzt werden.



Bei akuten Erkältungen und Husten

- ✓ **Bronchipret®** – Pflanzlich bei akuten Atemwegsinfekten mit Husten, wirkt schleimlösend und entzündungshemmend.
- ✓ **Kakao mit Butter / Sahne und Zimt** – Enthält Theobromin mit hustenlindernder Wirkung, unterstützt durch Fett und Wärme als wohltuendes Hausmittel.



**Sie haben noch Fragen?
Wir beraten Sie gerne diskret
und natürlich ganz persönlich!**

Alltagstipps für Asthmatiker

- ✓ **Raumluft optimieren:** Regelmäßig lüften, trockene Luft meiden.
- ✓ **Nasenspülungen nutzen:** Reduziert Keime.
- ✓ **Kräutertees trinken:** Thymian, Salbei und Fenchel lösen Schleim.
- ✓ **Entspannt atmen:** Stress verstärkt Atemnot, bewusstes Atmen hilft.