

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.

Im Großen und Ganzen dürfte eine Finanzkrise überwunden sein. Nun alle Energien in den Beruf stecken, um das Fundament dauerhaft zu festigen.

STIER 21.4.–20.5.

Sie sind für Gefühlsregungen zurzeit äußerst sensibler und empfänglich und stehen sich damit selbst im Weg. Geben Sie sich mehr Freiraum.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.

Sie sollten versuchen, die Unruhe Ihrer Umgebung zu meiden. An Sie gestellte Anforderungen werden hoch sein und volle Konzentration erfordern.

KREBS 22.6.–22.7.

Ihr Konto kommt nun endlich aus den roten Zahlen heraus. Sie haben aber auch hart dafür arbeiten müssen; gönnen Sie sich ab und an eine Pause.

LÖWE 23.7.–23.8.

Die Erledigung einer wichtigen Angelegenheit nicht hinauszögern! Je schneller Sie es hinter sich bringen, desto mehr Platz entsteht für Neues.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.

Seien Sie zurückhaltender bei Ihrer Terminplanung. In nächster Zeit könnte es einige Programmänderungen geben, auf die Sie nicht gefasst sind.

WAAGE 24.9.–23.10.

Eine eher passive Zeit geht nun ihrem Ende entgegen. Unvermittelt haben Sie die breite Palette Ihrer Möglichkeiten wieder ganz klar vor Augen.

SKORPION 24.10.–22.11.

Eine Meinungsverschiedenheit wird am Ende nicht so schlimm sein, wie sie Ihnen im Moment erscheint. Quälen Sie sich nicht mit Selbstvorwürfen.

SCHUTZE 23.11.–21.12.

Klammern Sie sich nicht an überholten Dingen fest. Manchmal ist es besser, ein kleines Wagnis einzugehen, als immer dem alten Trott zu folgen.

STEINBOCK 22.12.–20.1.

Eine private Beziehung entwickelt sich nicht gerade in die Richtung, in der Sie es gern gesehen hätten. Lassen Sie die Zeit für sich arbeiten.

WASSERMANN 21.1.–19.2.

In beruflicher Hinsicht kann es leider zu Missverständnissen kommen. Nicht gleich aufgeben! Versuchen Sie, die Situation weitgehend zu klären.

FISCHE 20.2.–20.3.

Gefühlsregungen könnten Sie in eine falsche Richtung lenken. Bei der Beurteilung einer Angelegenheit sollten Sie den Verstand sprechen lassen.

Rätselspaß am Wochenende

Stern- deutung	Autor von „Maigret“ † 1989	Lehns- arbeit	unge- trübt	Kose- wort für Groß- mutter	türk. Groß- grund- herr	bibli- scher Priester	Papier- zählmaß	nicht selten	Vogel- kraut	Rufname von Capone
ein Emirat	US- Präsi- dent, Barack...	ägypti- scher Sonnen- gott	Strauch mit gelben Blüten	englisch: einges- chaltet	franzö- sisch: Eisen	5	3	Moment		
orienta- lische Rohr- flöte	deutsche Vorsilbe	6	1	4	1	2	3	4	5	6
franzö- sisch: oder	engli- scher Gasthof	Rhein- last- kahn	griechi- scher Buch- stabe	Ent- zündung der Talg- drüsen	kaufm.: Bestand	franzö- sisch: Salz	franzö- sisch: Schrei	modisch elegant	chem. Zeichen für Helium	Titel- figur bei Milne (Bär)
polar	Vorfahr	an- ständig, ernst- haft	4	1	2	3	4	5	6	
delikat, lecker										

APOTHEKEN

SONNABEND 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Ahlemer Kronen Apotheke,
Tel. 482400,
Richard-Lattorf-Str. 51

Marien-Apotheke,
Tel. 3534070, Marienstr. 55

Noltemeyer-Apotheke,
Tel. 6476789,
Podbielskistr. 315

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:

Lentz-Apotheke,
Tel. 559988, Kirchröder Str. 89/90

Sophien-Apotheke,
Tel. 69095533, Adolf-Emmelmann-Str. 5

Tresckow-Apotheke,
Tel. 466010, Tresckowstr. 187

Apotheke Alt-Laatzen, Tel. 21375673, Hildesheimer Str. 71

LEBENSHILFE

Drogenberatungsstelle	70 14 60	Selbsthilfegruppen (Kontaktstelle)	66 65 67
Drogenberatung Neues Land	33 61 17 30	Krisenberatung Mädchenhaus zwei 13	3 00 58 72
Alkohol- u. Medikamentenabhängige	70 03 10 90	Frauenhaus Hannover	66 44 77
Anonyme Alkoholiker	9 80 55 14	Frauen- und Kinderschutzhaus	69 86 46
Hannöversche Aids-Hilfe	(07 00) 44 53 35 11	Sorgentelefon Kinder und Jugendliche	(08 00) 1 11 03 33
Telefonseelsorge	(08 00) 1 11 01 11	Hörgeschädigtenberatung	8 38 65 32
Epilepsie-Beratung	8 56 50 25	Sehgeschädigtenberatung	5 10 42 18

NOTDIENSTE

Stadt Hannover:

Allgemeiner Notruf (Polizei) 110

Feuerwehr 112

Rettingsleitstelle 1 92 22

Gift-Notrufzentrale (05 51) 1 92 40

Notfallsprechstunde (Zentrum) 11 61 17

Notfallsprechstunde (Nordstadt) 1 23 83 43

Kinderärztliche Notfallambulanz 81 15 33 00

Augenarzt 31 40 44

Zahnärztlicher Notdienst (alle Kassen) 31 10 31

Zahnärztl. Notdienst (alle Kassen) 6 42 48 08

Privatärztlicher Notdienst* 1 92 57

Privatärztl. Akutdienst* (0 18 05) 30 45 05

Privatzahnärztl. Notdienst* 8 38 73 03

Zahnschmerz-Notdienst 2 61 42 10

Schwangere in Not (08 00) 6 05 00 40

Notruf für vergewaltigte Frauen 33 21 12

Tierärztlicher Notdienst 65 51 18 21

*Keine Kostenübernahme durch gesetzliche Krankenkassen

TECHNISCHE NOTDIENSTE

Pannenhilfe des ADAC (0 18 02) 22 22 22

Pannenhilfe des ACE (0 18 02) 34 35 36

Pannenhilfe des AvD (08 00) 9 90 99 09

Deutsche Telekom (08 00) 3 30 20 00

Stadtwerke (Gas) 4 30 41 11

Stadtwerke (Strom) 4 30 31 11

Stadtwerke (Wasser) 4 30 51 11

Stadtwerke (Fernwärme) 4 30 32 11

Stadtwerke (Straßenbeleuchtung) 4 30 31 12

Installateure, Heizung, Sanitär 84 10 10

Elektro-Notdienst 1 31 66 91

Arthrose-Schmerzen sind ein Hilfeschrei der Gelenke! Dieser Wirkstoff bekämpft alle Formen von Arthrose

Arthrose ist die am häufigsten auftretende Gelenkerkrankung, die vor allem ältere Menschen betrifft. Etwa die Hälfte der Frauen und ein Drittel der Männer über 60 Jahren leiden unter dieser Erkrankung.¹ Sie entsteht durch den schrittweisen Abbau des Gelenkknorpels, der normalerweise als stoßdämpfende Schicht zwischen den Knochen wirkt und so Reibung verhindert. Schäden am Knorpel führen zu Schmerzen, anfangs möglicherweise nur bei Bewegung, später jedoch auch im Ruhezustand.

Formen und Arten von Arthrose

Knorpelschäden können an jedem Gelenk entstehen, so dass es sehr viele unterschiedliche Formen

der Arthrose gibt. Die am stärksten beanspruchten Gelenke sind jedoch am häufigsten betroffen. Mit mehr als dem dreifachen Körpergewicht werden beispielsweise die Kniegelenke beim Treppensteigen belastet.

Kniearthrose

Zunächst fällt es schwer, das Knie ganz durchzudrücken. Knack- und Reibegeräusche werden hörbar. Treppensteigen verursacht Schmerzen, die sich unter Belastung langsam steigern, aber auch plötzlich einschließen können. Im fortgeschrittenen Stadium treten schließlich starke Schmerzen beim Gehen auf.

Bei der Hüftarthrose spüren viele Betroffene einen Anlaufschmerz.

Hüftarthrose

Erste Anzeichen sind eingeschränkte Beweglichkeit und Schmerzen in der Leiste und im Gesäß. Mit fortschreiten der Erkrankung beginnen die Betroffenen zu hinken, um das schmerzende Gelenk zu entlasten. Die Schmerzen machen einfache Handlungen wie das Binden von Schuhen zu einer Herausforderung.

Arthrose in Hand- und Fingergelenken

Arthrose in den Fingern befällt in der Regel

die beiden Endgelenke der Finger sowie das Grundgelenk des Daumens. Diese Arthrosen treten typischerweise bei Frauen in den Wechseljahren auf. Die Handarthrose ist eine weitere Form von Arthrose, die sich auf die Gelenke der Hand auswirkt. So können selbst einfachste Handgriffe zu einer echten Herausforderung werden.

Schulterarthrose

Die Symptome der Schulterarthrose entwickeln sich schleichend. Typisch sind zunächst unspezifische Schulterschmerzen, vor allem bei Belastung der Schulter. Zunehmend stellen sich allerdings auch Ruheschmerzen und eine morgendliche Steifheit des Gelenks ein. Im weiteren Verlauf kommt es zu einer Bewe-

gungseinschränkung bei Dreh- und Überkopfbewegungen.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Trotz der enormen Belastung gibt es Hoffnung für Betroffene, denn Forscher fanden heraus, dass der natürliche Wirkstoff Viscum album bei Arthrose helfen kann! Dieser findet auch in anderen Therapiegebieten Anwendung und hat sich unabhängig davon auch in der Krebstherapie als erfolgreich erwiesen. Der Wirkstoff überzeugt laut Experten bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.² Mehr noch: Dieser kann laut In-vitro-Studien sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.³ Somit wird der Knorpel geschützt. In Deutschland ist das rezeptfreie Arzneimittel Rubaxx Arthro erhältlich, das den Wirkstoff Viscum album hoch konzentriert enthält. Das Arzneimittel zeichnet sich vor allem durch seine gute Verträglichkeit aus, da keinerlei Neben- oder Wechselwirkungen bekannt sind.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Arthro

(PZN 15617516)

www.rubaxx.de

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!

RubaXX®

¹Deutsche Arthrose-Hilfe; e.V.; <https://www.arthrose.de/arthrose/haeufigkeit> (Stand 2023) • ²Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • ³Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildungen Betroffenen nachempfunden

RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82168 Gräfelfing

31769901_020225