

Lebensretter im zweiten Anlauf

Stammzellen des Lustenauers Robin König (22) gehen nach Kanada

Robin König ist 22 Jahre alt - im „zweiten Anlauf“ wurde er zum Lebensretter. Seine Stammzelle passt zu einem Kanadier, der um sein Leben kämpft.

Die Aktion „Geben für Leben“ feierte dieser Tage den 68. und 69. Lebensretter. Robin König ließ sich im Oktober letzten Jahres im Löwensaal Hohenems typisieren, Monate später bekam er einen Anruf von Susanne Marosch, der rührigen Obfrau des Vereins, der sich zum Ziel gesetzt hat, Lebensretter zu finden. „Du bist wie ein Lottosechser für einen Mann in Kanada“, wurde ihm am Telefon gesagt. Robin König zögerte nicht lange und sagte zu, Stammzellen zu spenden. Gemeinsam mit dem Montafoner Philipp Düngler fuhr er nach Gauting bei München, wo ihm Stammzellen entnommen wurden, die zu einem Patien-



Robin König und Philip Düngler mit seiner Schwester bei der Entnahme in Gauting bei München.

Foto: Geben für Leben



Wenn Durchfall die Urlaubspläne durchkreuzt

Akuter Durchfall ist im Urlaub besonders lästig. Er wird meist durch den Verzehr von viren- oder bakterienseuchten Lebensmitteln oder Wasser verursacht. Vorbeugend helfen Hygienemaßnahmen, wie häufiges

Händewaschen, und Vorsicht bei der Speisenwahl. Wenn Montezumas Rache dennoch zuschlägt, sollte man dem Magen eine Pause gönnen und nur leichte Kost, wie Zwieback oder lange gekochten Reis sowie viel Flüssigkeit zu sich nehmen. Ein durchfallbedingter Elektrolytverlust lässt sich – falls keine Apotheke in der Nähe ist – durch ein selbst gemixtes Getränk aus je einem halben Liter Mineralwasser und Orangensaft, acht Teelöffel Zucker und einem Dreiviertel Teelöffel Salz ausgleichen. (gesund.at)

ten in Kanada passten. König wurde quasi im „zweiten Anlauf“ zum Lebensretter, denn schon einmal wollte er sich typisieren lassen. Bei der großen Aktion für Eva-Maria aus Lustenau stand er bereits in der Schlange, musste aber nach zwei Stunden wieder gehen, da er einen Geschäftstermin hatte. Jetzt hat es geklappt – auch, weil er beim eigenen Vater arbeitet und zum Zeitpunkt der Typisierung in Hohenems auch Urlaub hatte. Rund zweieinhalb Stunden hing er „am Tropf“ und spendete seine Stammzellen, die nach Kanada gingen, die einem

Familienvater halfen. In Gauting war er aber nicht der einzige Vorarlberger, der an diesem Tag „angezapft“ wurde. Der Montafoner Philipp Düngler war in Begleitung der Schwester ebenfalls dabei und wurde zum 69. Lebensretter der Vereinsgeschichte. Die Schmerzen hielten sich dabei in Grenzen, lediglich nach der Tabletteneinnahme am Tag vor der Entnahme hatten die beiden kleinere Probleme. Die nächste Typisierung im Ländle gibt es übrigens am 14. Juli, den der Star Wars Fanclub in Bregenz organisiert. (red)

Immer in meiner Nähe. Meine Apotheke



Pflanzen für die Wechseljahre

Wechseljahrbeschwerden sind sehr unangenehm und können die Lebensqualität von Frauen im mittleren Alter stark beeinträchtigen. Hitzewallungen, Schweißausbrüche,



Mag. pharm. Guntram Mähr
Apotheker
in Dornbirn

Nervosität, Verstimmungen, Reizbarkeit, Schlafstörungen und Kopfschmerzen plagen die Betroffenen. Zum Glück gibt es natürliche Alternativen zur Behandlung von Wechseljahrbeschwerden. Isoflavone oder Phytoöstrogene – die vor allem in der Sojabohne und im Rotklee vorkommen – besitzen eine sanfte Wirkung gegen diese typischen Beschwerden der Wechseljahre. Zubereitungen aus Mönchspfeffer in Form von Tropfen, Kapseln oder Tabletten wirken vor

allem am Beginn der Wechseljahre ausgleichend auf den Hormonhaushalt. Die mexikanische Yamswurzel ist eine kartoffelähnliche Pflanze und enthält als Wirkstoff Diosgenin, das dem weiblichen Gelbkörperhormon Progesteron chemisch sehr ähnlich ist und ebenfalls einen Ausgleich schafft. Extrakte der Yamswurzel sind in pulverisierter Form als Kapseln erhältlich. Bei Stimmungsschwankungen während der Wechseljahre kann

Johanniskraut als Extrakt in Tabletten oder Kapseln Abhilfe schaffen. Gegen die unangenehmen Hitzewallungen wirken unter anderem Zubereitungen aus Salbei. Dieser hat eine regulierende Wirkung auf das Temperaturzentrum und hemmt eine überschießende Schweißproduktion.

Fragen Sie in Ihrer Apotheke – gerne geben wir Ihnen Auskunft über die verschiedenen Präparate. (Entgeltliche Einschaltung)