



ÜBERFORDERUNG UND ERSCHÖPFUNG

Wie sich die andauernde und doch veränderte Corona-Lage auf den Einzelnen und die Gesellschaft auswirkt, beleuchtet die Weleda Trendforschung 2021 in ihrer fünften repräsentativen Erhebung.

Bestandsaufnahme – Wengleich sich die Welt immer noch im Pandemie-Zustand befindet, ist die Gesamtsituation eine andere als letztes Jahr. Welches sind die größten Belastungsfaktoren? Wie äußern sich Stressbeschwerden? Wie empfinden die Deutschen momentan ihr soziales Leben? Eines der zentralen Ergebnisse der Umfrage: Die Deutschen sind zwar durch die Pandemie weiterhin hoher Belastung ausgesetzt, doch hat eine Verschiebung der Stressoren und Beschwerden stattgefunden. Insgesamt scheinen sich die Menschen mit der Situation besser arrangiert zu haben als noch im letzten Jahr.

Nach wie vor sind Stressbeschwerden verbreitet, viele Deutsche sind erschöpft, reizbar und nervös. Während besonders die älteren Befragten unter Angst vor einer Infektion litten, standen 2021 bei den Jüngeren Belastungsfaktoren wie Langeweile, Verlust der Motivation und Angst, das Leben zu verpassen, im Vordergrund. Wie schon 2020 waren sie von Einsamkeit am stärksten betroffen. Erfreulicherweise fühlt sich aber ein Großteil inzwischen seltener einsam: 84 Prozent fühlen sich, wenn sie alleine sind, nie oder nur selten unglücklich. Eine Erklärung dafür könnte die Neubewertung der sozialen Beziehungen sein. Hier zeigen die Ergebnisse, dass momentan für viele Qualität vor Quantität geht. Dennoch fehlt vielen die Gesellschaft anderer Menschen. Und auch wenn derzeit noch zu Fremden mehr Distanz gehalten wird, glaubt rund die Hälfte der Deutschen, dass man in Bezug auf Körperkontakt wieder zur „alten Normalität“ zurückkehren wird.

Für Menschen, die derzeit unter Belastungserscheinungen leiden, ist Neurodoron® eine gute Empfehlung, wie Frau Dr. Petra Koch, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilkunde, Akupunktur und

energetische Medizin, aus Hamburg während der Pressekonferenz erläuterte. Das Präparat eignet sich bei Bedarf eine Zeit lang als Unterstützung, um das System zu stabilisieren, während man parallel zusätzlich die zugrundeliegenden Ursachen angeht. Neurodoron® bietet sich immer an, wenn jemand von den vielen gleichzeitigen Aufgaben überbeansprucht ist, denn Quarz hat starke Formkräfte, was gerade bei Erschöpfung und Überforderung des Nerven-Sinnes-Systems guttun kann. Das Mineral unterstützt außerdem die sogenannte Ich-Organisation und die Abgrenzung bei depressiven Verstimmungen. Der Eisenanteil des Ferrum-Quarz bindet einerseits an die Erde und hat zudem über die Atmung Bezug zum Körper. Das enthaltene Aurum metallicum praeparatum ist der Anregung und Harmonisierung der Rhythmusorganisation zuträglich. Zudem kann es erfahrungsgemäß bei Dissoziationen und akuten biografischen Krisen sowie dem Gefühl der Ausweglosigkeit unterstützen, denn der Goldanteil hat einen Bezug zum Herzen, reguliert den natürlichen Rhythmus von Herz und Kreislauf und wirkt so ausgleichend. Kalium phosphoricum wird bei Erschöpfungszuständen eingesetzt, stärkt das vegetative Nervensystem und wirkt so aufbauend, gerade nach körperlicher und seelischer Überlastung, wie sie im Moment häufig vorhanden ist. ■ GC

QUELLE

„Wie geht es uns nach eineinhalb Jahren Pandemie – und wie geht es weiter?“, digitale Presseveranstaltung vom 29. September 2021. Veranstalter: Weleda AG.

Nase dicht? Druckkopfschmerz? Sinupret® eXtract



🌿 löst den Schleim 🌿 öffnet die Nase 🌿 befreit den Kopf

4-fach konzentrierter* als Sinupret® forte.

*Eine 4-fache Konzentration ist nicht gleichzusetzen mit der 4-fachen Wirksamkeit. Die 4-fache Konzentration bezieht sich auf 720 mg eingesetzte Pflanzenmischung in Sinupret extract (entspricht 160 mg Trockenextrakt) im Vergleich zu 156 mg Pflanzenmischung in Sinupret forte, bzw. auf die die Wirkeigenschaften mitbestimmenden Bioflavonoide.

Sinupret® extract • Zusammensetzung: 1 überzogene Tablette von Sinupret extract enthält als arzneilich wirksame Bestandteile: 160,00 mg Trockenextrakt (3-6:1) aus Enzianwurzel; Schlüsselblumenblüten; Ampferkraut; Hölunderblüten; Eisenkraut (1:3:3:3:3). 1. Auszugsmittel: Ethanol 51% (m/m). Sonstige Bestandteile: Glucose-Sirup 2,935 mg; Sucrose 133,736 mg; Maltodextrin 34,000 mg; Sprühgetrocknetes Arabisches Gummi; Calciumcarbonat; Carnaubawachs; Cellulosepulver; mikrokristalline Cellulose; Chlorophyll-Pulver 25% (E 140); Dextrin (aus Maisstärke); Hypromellose; Indigocarmin; Aluminiumsalz (E 132); Magnesiumstearat (Ph.Eur.) [pflanzlich]; Riboflavin (E 101); hochdisperses Siliciumdioxid; hochdisperses hydrophobes Siliciumdioxid; Stearinsäure; Talkum; Titandioxid (E 171). Anwendungsgebiete: Bei akuten, unkomplizierten Entzündungen der Nasennebenhöhlen (akute, unkomplizierte Rhinosinusitis). Sinupret extract wird angewendet bei Erwachsenen und Jugendlichen ab 12 Jahren. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der genannten sonstigen Bestandteile. Magen- und/oder Zwölffingerdarmgeschwür. Keine Anwendung bei Kindern unter 12 Jahren. Keine Anwendung in der Schwangerschaft und Stillzeit. Patienten mit der seltenen hereditären Fructose-Intoleranz, Glucose-Galactose-Malabsorption oder Saccharase-Isomaltase-Mangel sollten Sinupret extract nicht einnehmen. Nebenwirkungen: Häufig Magen-Darm-Beschwerden (z. B. Übelkeit, Blähungen, Durchfall, Mundtrockenheit, Magenschmerzen). Gelegentlich lokale Überempfindlichkeitsreaktionen der Haut (Hautausschlag, Hautrötung, Juckreiz), systemische allergische Reaktionen (Angioödem, Atemnot, Gesichtsschwellung) und Schwindel.

Stand: 10|21