



Schmuckes für den Advent
Sie benötigen Dekorationsideen für die Vorweihnachtszeit? Wir haben schöne Dinge für Sie gefunden. **SEITE 2**



Den Gaumen zum Singen bringen
Zum Advent gehören Kekse und Punsch einfach dazu. Diese Tradition hat bereits eine lange Geschichte. **SEITE 4**

SCHÖNER LEBEN

BEILAGE IM **KURIER**

ENTGELTLICHE BEILAGE

SONNTAG, 28. NOVEMBER 2021

Schönheit ohne Chemie und Narben

ZiTO-Methode. Akupunktur und Heilmethoden der traditionellen europäischen und asiatischen Medizin

Die moderne Medizin bietet hoch spezialisierte Methoden für Diagnosen und Therapien an. Die Kommunikation zwischen Arzt oder Ärztin und den Patienten kommt jedoch oft zu kurz. Als Ärztin für Allgemeinmedizin mit ganzheitlichem Ansatz kann Eva Maria Zito ihre Patienten und Patientinnen in ihrer konkreten Lebenssituation ansprechen, sie zu ihrem Lebensstil umfassend beraten und gemeinsam mit ihnen die jeweils optimale Therapie festlegen – natürlich unter Einhaltung aller Hygienemaßnahmen.

In diversen Ausbildungen hat sie ihr Wissen aus der modernen Schulmedizin um das der traditionellen asiatischen Medizin erweitert, beide ergänzen einander in vielen Bereichen. Speziell die Möglichkeiten der Akupunktur und Akupressur zur Aktivierung des Bindegewebes bieten eine Menge an medizinisch-kosmetischen Anwendungen.

Jahrelange Erfahrung

Aus diesem Wissen heraus hat Zito über Jahre eine Methode zur natürlichen Gewebsreparation und Repositionierung der Gesichtszüge entwickelt. Die ZiTO-Methode beruht auf der klassischen Akupunktur. Durch Reizung genau definierter Punkte können Störungen im gesamten Organismus gelindert und vielfach sogar



Eva Maria Zito hat eine Methode zur natürlichen Gewebsreparation und Repositionierung der Gesichtszüge entwickelt

gänzlich beseitigt werden. Mit der Verfeinerung dieser uralten Techniken wurde traditionelles Wissen mit moderner Medizin kombiniert.

Jugendliches Aussehen

Die ZiTO-Methode verhilft nachhaltig zu einem jugendlicheren Aussehen. Das Gesicht wird mit natürlichen Regenerationsmechanismen geformt – ästhetische Medizin ohne Nebenwirkungen oder irreparablen Schäden. Besonders bei Nasolabialfalten, Marionettenfalten, Lippenfalten, schlaffem Halsgewebe, schlaffen Gesichtskonturen und Wangensenkungen entfaltet die Methode ihre Wirksamkeit. Der ganzheitliche Ansatz und die spezielle Nadeltechnik bringen eine Verjüngung im Sinne von gesunder Schönheit um bis zu zehn Jahre. Gesichtsmuskeln werden gestrafft und so die Gesichtszüge repositioniert, Gewebe im Gesicht und am Hals wird verjüngt.

Informationen:

Dr. Eva Maria Zito, Ganzheitliche ästhetische Medizin, Akupunktur, Akupressur
Vordere Zollamtsstr. 11/21, 1030 Wien
(Ordnung nach terminlicher Vereinbarung) +43/676/977 66 00
ordination@zitomethode.at
www.zitomethode.at

„Was wir sind? Immer in Bewegung!“

Park Residenz Döbling. Roger Lo und seine Lebensgefährtin Ingeborg Ritzinger haben hier ihren Ruhesitz gefunden

Wie sie einander beim Blumengießen necken, wirken sie wie ein junges, frisch verliebtes Paar. Das Geheimnis ihrer Jugendlichkeit ist schnell erklärt: „Immer in Bewegung bleiben“, sagt Roger Lo. „Nicht nur körperlich, sondern auch im Kopf.“ Seine Lebensgefährtin Ingeborg Ritzinger nickt lebhaft: „Nicht an der Vergangenheit hängen, immer weiter gehen. Das ist unser Motto.“

Täglich unterwegs

Das mit dem Gehen meinen die beiden wörtlich: Fast jeden Tag brechen sie aus ihrem Appartement in der Park Residenz Döbling auf, um Wien und Umgebung zu erkunden. In ihrer Beziehung war immer schon alles in Bewegung. Als junge Leute waren sie einander in Graz begegnet. Die Wege trennten sich, Roger zog nach Deutschland, wurde Raumfahrtforscher und schließlich Professor an der Technischen Universität Berlin. Ingeborg blieb in Graz, wo sie zur Landes- schulinspektorin aufstieg. Vor einigen Jahren – Roger war



Ingeborg Ritzinger und Roger Lo haben sich wegen des hervorragenden Angebots für die Park Residenz Döbling entschieden

verwitwet, Ingeborg schon lange geschieden – fanden sie übers Internet wieder zusammen und blieben es auch.

Neues Zuhause

Eine Weile pendelte das Paar zwischen Graz, Berlin und Wien. Gründe der gesundheitlichen Vorsorge – „Wir sind beide über achtzig, es kann immer was passieren“ – ließen sie schließlich überlegen, ob eine Seniorenresidenz nicht vielleicht besser sei. Als sie das Appartement im fünften Stock der Park Residenz Döbling besichtigten,

verliebten sie sich sofort in die hellen Räume und den sensationellen Blick auf den Kahlenberg.

Seither genießen sie ihr Leben in der Residenz. „Wir gehen zu den Vorträgen, zum Gedächtnistraining, machen Gymnastik oder spazieren durch den Park.“ Meist aber sehen sie zu, dass sie in die Natur kommen. „Direkt vor dem Haus hält der Bus, wir müssen nur einsteigen. Auto brauchen wir keines.“ Das Wohnen in der Residenz bietet eine gewisse Sorglosigkeit. „Statt einzukaufen und zu ko-



chen, gehen wir mittags in den schönen Speisesaal, das Essen ist köstlich, der Service auf Restaurantniveau“, sagt Roger. „Die gewonnene Zeit

Informationen

Park Residenz Döbling
Hartäcker Straße 45
1190 Wien
Tel: +43 (1) 47620 0
Fax: +43 (1) 47620-960
Email: info@park-residenz.at
www.park-residenz.at



stecken wir in unsere Ausflüge.“ An diesem Nachmittag wollen sie wieder raus. Von der Residenz aus wird ein Ausflug zur hohen Wand angeboten.

Ihre nächste Reise ist schon gebucht: eine Donau-Kreuzfahrt bis zum Schwarzen Meer. „Was mir dabei so ein gutes Gefühl gibt“, sagt Ingeborg, „ist die Gewissheit, dass alles in Ordnung ist, wenn wir heimkommen. Zu wissen, dass auf unser Appartement geschaut wird, bedeutet mir viel.“ Ihr Lebensgefährtin nickt. „Und dass nur

wenige Meter entfernt ein ganzes Ärzteteam ist und ich auch sonst jederzeit Hilfe holen kann, wenn ich etwas brauche.“

Um die Pflanzen auf der eigenen Terrasse kümmern sie sich selbst. Roger zeigt auf verschiedene Töpfe: „Diese Zitrusbäumchen habe ich aus Berlin hierher übersiedelt.“ Er zeigt auf ein paar grüne Büschel. „Unsere Küchenkräuter. Die schneiden wir uns fürs Frühstück, aber sie wachsen ja nach.“ Auch in den Blumenkästen, sieht man, bleibt immer alles in Bewegung.

SCHÖNER LEBEN Marktplatz

Für Sie entdeckt. „Wie wird dann die Stube glänzen, von der großen Lichterzahl“ – ja, die Advent- und Weihnachtszeit ist für Menschen, die gerne ihr Zuhause dekorieren, etwas Besonderes. Hier sind noch einige Stücke für Ihre Sammlung

„Bark for Christmas“ verliert nie seine Nadeln: Der Edelstahl-Christbaum von Alessi kann individuell geschmückt werden und verschönert jedes Sideboard. alessi.com



Die Holzlaternen „Bristol“ wirken in der Gruppe besonders schön und sorgen für schönen Lichterglanz im Raum. bellaflora.at

Bei Lederleitner findet jeder Deko-Fan, was sein Herz begehrt – zum Beispiel dieses Zierkissen mit fröhlicher Botschaft. lederleitner.at



Bei Runway Vienna gibt es Christbaumkugeln in ungewöhnlichem Design. Die Auswahl ist so riesig, dass sich für jeden Style der passende Schmuck findet. runwayvienna.at



1969 entwarf Gustav Ehrenreich den Hoptimist – zu Weihnachten verkleidet sich die Kultfigur als Rentier. Erhältlich bei connox.at



Was gehört zu Weihnachten dazu? Richtig: ein Nussknacker. Dieser hier ist aus Holz und wunderschön bemalt. loberon.at



Bei Peek & Cloppenburg gibt es nur Mode? Mitnichten – auch witziger Baumschmuck ist erhältlich. peek-cloppenburg.at



Wer sich selbst auch ein wenig dekorieren möchte, findet an der Brosche „Stechpalme“ Freude. rozetundfischmeister.at



„Winter Stories“ nennen sich diese Figuren und Bäume der dänischen Design-Schmiede Dottir. Sie können beliebig kombiniert werden – und sind Kerzenständer. dottirnordicdesign.com

Unser Buchtipp für Sie

Wenn der Keksteller ausgefallen sein darf

Die bekannte Bäckerin und Bloggerin Kim-Joy verrät außergewöhnliche Weihnachtsrezepte.

Wenn heute in den Wohnzimmern die erste Kerze am Adventkranz angezündet wird, steht daneben gewiss auch schon ein Teller mit den ersten Weihnachtskekse am Tisch. Und da wir ja Traditionalisten sind – zumindest, was das „Fest der Liebe“ angeht –, finden sich auf diesem sicherlich Vanillekipferl, Zimtsterne und Linzer Augen. Wer gerne zusätzlich Neues ausprobieren will, findet mit dem Buch „My Sweet Christmas“ ein wahres Füllhorn an Ideen. Geschrieben wurde es von Kim-Joy. Die Bäckerin nahm an der TV-Show „Great British Bake Off“ teil, konnte diese mit ihren ausgefallenen Kreationen gewinnen und wurde so über Nacht berühmt. Seither stellt Kim-Joy ihre Rezepte in ihrem eigenen Blog vor – mit großem Erfolg. Mehr als 292.000 Menschen lesen ihn regelmäßig.

In „My Sweet Christmas“ verrät die Bäckerin nun ihre Lieblingsrezepte für Weihnachten. Und was für welche: Neben Klassikern wie Spekulatius sorgen Igel-Pralinen, Schneemann-Cake-Pops, Teddy Macarons oder Käsekuchen-Schneekugeln sorgen für einen witzigen und köstlichen Keksteller. Stollen und Torten runden das Angebot ab. Was nach schwierigen Rezepten klingt, ist aber dank der Schritt-für-Schritt-Anleitungen von jedem nachzubacken. Außerdem gibt Kim-Joy noch vielen Idee für Verzierungen und verschiedenen Topping ab. Für alle, die gerne backen, ist „My Sweet Christmas“ wirklich ein Glücksfall.



Kim-Joy
„My Sweet Christmas“
Verlag Dorling Kindersley, ca. 17 Euro

Vorfreude auf Heiligabend

schauLEBEN. Mit dem Schwerpunktthema „Advent: Geschenke“

Weihnachten nähert sich mit großen Schritten. Für die Österreicher ist das „Fest der Liebe“ ein wichtiger Tag: Eine Umfrage zeigt, dass trotz Corona plant mehr als die Hälfte der Befragten den Heiligabend wie gewohnt verbringen wollen. Zwei Faktoren sind ihnen wichtig: Familie und gutes Essen machen dabei das Fest aus. schauLEBEN schaut sich in der kommenden Woche um, was die Adventszeit und Geschenke dabei für uns alle bedeuten.

Und so geht Thorsten Simon am Montag der Frage nach, welche Geschenke heuer im Trend liegen. Im Studio Helene Prenner zu Gast. Sie ist Initiatorin der Wiener Wichtelchallenge: Beteiligten kann sich jeder – und sozial bedürftigen Menschen einen Herzenswunsch erfüllen. Jenny Posch hingegen erkundigt sich in Niederösterreich, wie Kerzen gezogen werden, und Bertie Unger besucht im Burgenland einen Karikaturisten.

Am Dienstag stehen Schulterschmerzen im Mittelpunkt der Sendung: Studiogast ist der Physiotherapeut Matthias Kapl, der Tipps gegen Schulter – und Rückenschmerzen gibt. Seit Beginn von Covid-19 ist Handarbeiten wieder im Trend: Clara



Weihnachten steht in den kommenden Wochen bei schauLEBEN im Mittelpunkt

Ploder war bei einem Strick-Spezialisten, um nachzufragen, was es mit Öko-Wolle, regionaler Bio-Wolle und veganer Wolle auf sich hat.

Am Mittwoch ist der erste Dezember und somit wird in schauLEBEN auch das erste Türchen des Adventkalenders geöffnet: Hinter ihm versteckt sich Franco Schedl, der ein weihnachtliches Gedicht vorliest. Im Studio ist die Sängerin Anji Hinke zu Gast, die ihr neues Video „Rode Nocht“ vorstellt. Bertie Unger hingegen erkundigt sich über das Wei(h)nachteln im Burgen-

land. An einem Tag im Advent öffnen Weingüter ihre Pforten, um „Licht ins Dunkel“ zu unterstützen.

Die Leiterin der Tierheims Parndorf ist am Donnerstag zu Gast im schauLEBEN-Studio: Claudia Herka stellt ihre Aktion weihnachtspackerl.at vor. Dabei können Tierfreunde die Hunde und Katzen mit einem Packerl überraschen. Und beim Adventkalender sorgt Sängerin Kathi Kallauch für eine Überraschung.

Am Freitag besucht Jenny Posch einen Hundetrainer und holte sich ein paar Tipps.

Thorsten Simon war in einem Kunstsupermarkt in Wien, wo man tausende Originalkunstwerke zu einem günstigen Preis erwerben kann. Und im Adventkalender wartet der Sänger Matho auf seinen großen Auftritt.

schauTV

Alles rund um das Thema „Advent: Geschenke“
18.00 Uhr
Täglich regionale Lifestyle-Themen
29. 11.–3. 12.
schauTV, KURIER.at

Lebensqualität mit Parkinson

Die passende Behandlung finden. Mehr als 20.000 Menschen in Österreich sind von der Krankheit betroffen

Morbus Parkinson ist eine chronische Erkrankung des Nervensystems, die langsam voranschreitet. Häufig wird sie im Alter zwischen 55 und 65 Jahren erkannt.

Gemeinsam mit Profis

Heute stehen für jedes Stadium der Erkrankung geeignete Therapien zur Verfügung. Zu Beginn reichen meist Medikamente, die oral eingenommen oder als Pflaster angewendet werden. Mit Fortschreiten der Erkrankung entfalten sie allerdings oft nicht mehr ihre optimale Wirkung. Häufig kommt es zu sogenannten Wirkschwankungen, die sich als Phasen guter Symptom-Kontrolle (ON-Phasen) und Phasen mit Wiederkehr bzw. Verschlechterung von Parkinson-Symptomen (OFF-Phasen) äußern. In diesem Fall kann eine gerätegestützte Therapie, wie die sogenannte Pumpen-Therapie oder die Tiefe Hirnstimulation, eine Besserung der Symptome bringen. Welche Methode für den Patienten oder die Patientin geeignet ist, ist individuell unterschiedlich und hängt von diversen Faktoren ab.

Aktiv bleiben

Oberstes Ziel jeder dieser Behandlungsmethoden ist es, die Lebensqualität der Er-



Die passende Therapie ermöglicht Lebensqualität mit einer Parkinson-Erkrankung

krankten möglichst gut und lange zu erhalten. Deshalb spielen auch ergänzende Therapien eine bedeutende Rolle. Physio- und Ergotherapie ver-

bessern die Beweglichkeit und das Bewältigen des Alltags, Logopädie hilft bei Sprech- sowie bei Schluckstörungen.

Mehr über Möglichkeiten der Behandlung im fortgeschrittenen Stadium erfahren Sie im Selpers-Kurs "Fortgeschrittener Morbus Parkinson" unter <https://selpers.com/kurs/fortgeschrittener-morbus-parkinson/>

Mit freundlicher Unterstützung von AbbVie



AT-DUOD-210089-14102021

Tipps für ein Leben mit fortgeschrittenem Morbus Parkinson



Prim.ª Priv.-Doz.ª Dr.ª Regina Katzenschlager, Leiterin Abteilung für Neurologie der Klinik Donaustadt

„Die Krankheit hat viele Gesichter und umfasst viel mehr als das bekannte Zittern. Muskelsteifigkeit, Haltestörungen, aber auch nicht motorische Symptome wie beispielsweise Angst, Schmerzen oder Blasenfunktionsstörungen zählen genauso dazu. Deshalb ist es wichtig, möglichst früh den passenden Neurologen oder die geeignete Neurologin zu finden. Als Experten begleiten sie den Patienten in allen Stadien der Parkinson-Erkrankung. Gemeinsam mit dem Patienten, oft auch unter Einbeziehung der Angehörigen, wird vor allem die individuelle Therapie festgelegt und bei Bedarf auch an die sich laufend ändernden Bedürfnisse angepasst. Ein Tipp für alle PatientInnen: Sorgen Sie aktiv für Ihre Lebensqualität und suchen Sie Aktivitäten, die Ihnen gut tun. Sei es Bewegung im Rahmen der Möglichkeiten, kreative Hobbys wie Malen Schreiben, Singen oder die Geselligkeit in der Familie und mit Freunden.“

Immun-Power für alle

OMNi-BiOTiC®. Unterstützung für die Abwehrkraft

Der Mund-, Nasen- und Rachenraum ist die erste Station, die Keime aus der Luft erreichen. Ein gesundes orales Mikrobiom besteht aus etwa 800 bis 1.000 verschiedenen Bakterienarten. Entsteht ein Ungleichgewicht, kann das orale Mikrobiom seine Aufgaben in der Immunabwehr nicht mehr ausreichend erfüllen. Schädliche Keime können sich so in Mund, Nase, Rachen und Ohren vermehren und sogar über den gesamten Körper ausbreiten.

Bakterielle „Abwehrkraft“

Unsere Lebensweise hat starken Einfluss auf diese Bakteriengemeinschaft: Ungesunde Ernährung, Medikamente oder starke Schwankungen des pH-Werts innerhalb der Mundhöhle, etwa durch zuckerreiche Nahrung, können

das Mundmikrobiom negativ beeinflussen. Viele Erreger, Schad- und Giftstoffe gelangen über den Mund in den Darm und von hier aus in den gesamten Körper. Durch seine Gesamtoberfläche von 300 - 400 m² weist der Darm unzählige Angriffspunkte auf, an denen Schadstoffe und Erreger in den Organismus eindringen können. Gerade deshalb ist hier ein starkes Abwehrsystem ausschlaggebend, was den Darm zu unserer „Immunzentrale“ macht.

Unsere Mikrobiota, also jene nützlichen Bakterien, die uns zu Billionen besiedeln, ist die erste Hürde für unerwünschte Erreger. Die Darmschleimhaut ist die zweite Barriere: Sie besteht aus dicht aneinander stehenden Zellen und ist von einer Schleimschicht bedeckt, die das Eindringen von Keimen verhindert. Den dritten Teil

der Darm-Abwehr bildet das darmassoziierte Immunsystem: In diesem Gewebe befinden sich 70-80 % aller Immunzellen des Körpers. Für die Aufrechterhaltung der Darmbarriere spielen probiotische Bakterien die wesentlichste Rolle.

Für Groß und Klein

Der Winter steht in den Startlöchern – doch anstatt sich und sein Immunsystem zu wappnen, lassen viele von uns ihre guten Gewohnheiten schleifen: Wir bewegen uns weniger im Freien und greifen vermehrt zu zucker- und fettreichen Nahrungsmitteln. Das kann das orale Mikrobiom reduzieren, zudem wird die nützliche Darmflora ungünstig verändert. So können Sie Ihre wichtigen „Helfer“ im Körper unterstützen:

- **OMNi-BiOTiC® Pro-Vi 5**
OMNi-BiOTiC® Pro-Vi 5 kombiniert 5 Bakterien-Profis, die aufgrund ihrer Eigenschaften ausgewählt wurden, mit dem „Sonnenvitamin“ D. 1 x täglich eingenommen ist OMNi-BiOTiC® Pro-Vi 5 der starke Partner für die Abwehrkraft!
- **OMNi-BiOTiC® iMMUND**
Zur Stärkung des Mundmikrobioms wurde – speziell für Kinder – OMNi-BiOTiC® iMMUND entwickelt: Der enthaltene Bakterienstamm Streptococcus salivarius K12 stärkt die Mundflora und sorgt mit wertvollem Vitamin D für eine „Dinostarke“ Abwehrkraft.



OMNi-BiOTiC® Pro-Vi 5 wurde für Erwachsene, OMNi-BiOTiC® iMMUND für Kinder entwickelt

Auf der Zunge zergehen lassen

Genuss im Advent. Weihnachtskekse und Punsch gehören in der Zeit vor Heiligabend einfach dazu

Advent, Advent, ein Lichtlein brennt ... Heute wird in den Wohnzimmern die erste Kerze entzündet. Die Familien setzen sich zusammen, singen oder erzählen sich Weihnachtsgeschichten. Was zum Advent dazugehört, sind auf jeden Fall Leckereien.

Lange Tradition

Kekse etwa sind untrennbar mit der Zeit vor dem Heiligabend verbunden. Doch diese Tradition ist älter als das Christentum: Für die Germanen war das Wintersonnwendfest der wichtigste Tag



im Jahr. Sie reichten bei den Feierlichkeiten spezielles Brot, aus dem sich unsere Stollen entwickelten. Auch immer dabei: wärmende Getränke, auf denen unser heutiger Punsch fußt.

Im Mittelalter begann die Weihnachtsbäckerei in den Klöstern. Auch die Mönche buken Stollen. Da die Gewürze aber sehr teuer waren, setzte sich in den reichen Familien die kleinere Form, also Kekse durch. Und diese haben sich bis heute gehalten. Die Vorweihnachtszeit ist also auch eine Zeit des Genusses. In diesem Sinne: fröhlichen Advent.

Orangepunsch

Zutaten:

9 Orangen
2 Zitronen
1 Zimtstange
60 ml Rum
4 Gewürznelken
80 g brauner Zucker
300 ml Wasser
500 ml Weißwein



Zubereitung:

- Die Zitrusfrüchte auspressen. Wasser und Wein in einen Topf füllen und den Saft der Orangen und Zitronen dazugeben. Alles langsam erhitzen.
- Etwa fünf Minuten leicht köcheln lassen, dann die Ge-

würze, Zucker und Rum in den Topf geben. Hitze reduzieren, kurz simmern lassen. Danach 30 Minuten ziehen lassen.

- Durch ein Sieb abseihen und in einem frischen Topf noch einmal aufkochen.
- In Tassen füllen und heiß servieren.

Zimtsterne

Zutaten:

3 Eiweiß
1 Prise Salz
1 Schuss Zitronensaft
200 g Staubzucker
300 g gemahlene Mandeln
1 Pkg Vanillezucker
1 TL Zimt



Zubereitung:

- Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen, Zitronensaft und Staubzucker unterrühren, sodass eine cremig-weiße Masse entsteht. 5 Esslöffel in ein Gefäß füllen, verschließen und kalt stellen.
- Dann Mandeln, Zimt und Vanillezucker unter die Mas-

se heben. Den Teig in Folie einschlagen und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

- Teig auf einer mit Staubzucker bestreuten Arbeitsfläche ausrollen, Sterne ausstechen. Diese mit der Eiweißmasse bestreichen, und die Kekse etwa 15 min bei 170 Grad backen.

Linzer Kekse

Zutaten:

200 g Staubzucker
400 g Butter
600 g Mehl
2 Pkg Vanillezucker
2 Eidotter
Schale einer Bio-Zitrone
100 g Ribisel- oder Erdbeermarmelade



Zubereitung:

- Mehl auf Arbeitsfläche geben, in Stücke geschnittene Butter mit der Hand einarbeiten. Restliche Zutaten zufügen, rasch zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Diesen in Folie wickeln und 1 Stunde im Kühl-

schrank rasten lassen.

- Teig ausrollen und mit spezieller Form Ober- und Böden ausstechen, etwa 10 min bei 180 Grad backen.
- Ausgekühlte Kekse mit Marmelade bestreichen und jeweils ein Teil ohne Loch und ein Teil mit Loch zusammensetzen.

Biovital Energie Elixier

für natürliche Leistungskraft

Viele Menschen werden durch ein anspruchsvolles Tagesprogramm überfordert und die eigenen Kraftreserven schwinden.

Vitamine sind lebenswichtige Nährstoffe, die der Körper nicht selbst bilden kann. Eine zusätzliche Versorgung mit ausgewählten Vitaminen kann in besonderen Belastungssituationen notwendig sein.

Eisen und die Vitamine C, B6, Niacin, Thiamin und Riboflavin unterstützen einen normalen Energiestoffwechsel und helfen gegen Müdigkeit und Entkräftung. Damit leisten sie auch einen wertvollen Beitrag zur Funktion des Immunsystems.

Erhältlich in Apotheken und im Drogeriefachhandel



STYLE TRIFFT POWER

AEG QX9 – UNSER LEISESTER UND STÄRKSTER ZIN1 AKKU-STAUBSAUGER

Der AEG QX9 ist der Akku-Staubsauger, der so fortschrittlich, komfortabel und kraftvoll saugt, wie er aussieht.

Einzigartiger Blickfang, der elegantes Zin1 Design, bis zu 55 Minuten Laufzeit, hohe Saugleistung und geringe Lautstärke auf beeindruckende Weise vereint.

Weitere Infos unter:
www.qx9.at



Geschenkidee

Das verschlusslose Goldarmband FLEX IT – mit oder ohne Brillanten von Fope – lässt Herzen höher schlagen.



Erhältlich bei Ursula Neuwirth, Goldschmiedemeisterin, 1150 Wien, Hütteldorfer Straße 68; Telefon 01/786 29 37. Öffnungszeiten: Mo – Fr: 9:00 – 18:00 h, Sa: 9:00 – 13:00 h. www.neuwirth.co.at
HOTLINE: 0650 811 33 02, Abholung und Hauszustellung nach Vereinbarung

SodaStream DUO: Das perfekte Geschenk zu Weihnachten!

In der Küche duftet es nach Keksen und die festlich dekorierte Wohnung erinnert uns daran: Es weihnachtet bald! Wer Freunden und Familie etwas Schönes und Praktisches zugleich schenken möchte, der liegt mit der **SodaStream DUO** genau richtig.

Mit der **DUO** können Sprudelliebhaber jederzeit in Sekundenschnelle selbst gesprudelte Getränke genießen - und das sowohl zuhause als auch To-Go. Denn die **DUO** ist der erste **SodaStream** Wassersprudler mit dualem System, erstmals bestehend aus einer neu gestalteten Glasflasche für zuhause, sowie einer wiederverwendbaren BPA-freien Kunststoffflasche für unterwegs. Ein weiteres Plus: Beide Flaschen sind spülmaschinen geeignet! Für noch mehr Komfort sorgt auch der vereinfachte Zylinderwechsel. Sprudelfans müssen dank des **Quick Connect Zylinder** Systems den Kohlendioxid-Zylinder nicht mehr einschrauben, sondern können ihn bequem einsetzen. Mit nur einem Zylinder können **bis zu 60 Liter** Leitungswasser ganz einfach per Knopfdruck aufgesprudelt werden. Damit gehört nicht nur lästiges Kisten schleppen der Vergangenheit an, sondern es können auch bis zu Tausende Einweg-Plastikflaschen eingespart werden! In edlem Titan oder strahlendem Weiß wird der Wassersprudler zum Hingucker in jeder Küche und lässt so Interior-Herzen höherschlagen.

Die **DUO** ist im Handel sowie Online unter www.sodastream.at erhältlich.

Produktinformationen:

Wassersprudler DUO Inkl. Glasflasche & Kunststoffflasche (1 L)
60 L Quick Connect Kohlendioxid-Zylinder
Titan oder Weiß, UVP: 169,90 €





WALDVIERTEL TOURISMUS, STUDIO KERSCHBAUM

Geschmack liegt in der Natur des Waldviertels

Für wahre Genießer. Ihr Gaumen hat ein Mitspracherecht bei der Ausflugs- und Urlaubsplanung? Und er hat Geschmack? Gratulation, Sie werden die Vielfalt des Waldviertels schmecken!

Im hohen Norden Österreichs, im Waldviertel, zeigt sich die Natur von ihrer geschmackvollsten Seite. Wie in keiner anderen Region Österreichs verstehen es die Waldviertler Landwirte, Produzenten, Gastronomen und Hoteliers den wertvollsten Schatz für das menschliche Wohlbefinden zu heben: den Geschmack in seiner ganzen Vielfalt. Von der Roggenähre zum Brot, von der Mohnblüte zum „Grauen Gold des Waldviertels“, von der Knolle zum Erdäpfel, vom Hopfen zum Bier und von der Teichwirtschaft zum Karpfen – Geschmack liegt in der Natur des Waldviertels.

Geschmack beim Heranwachsen beobachten

Vom Spätfrühling bis in den Herbst hinein lässt sich der Geschmack des Waldviertels in seiner einzigartigen Farbenpracht auf den Feldern bewundern. Nach und nach reift das farbenfrohe Blütenmeer zu besonderen Waldviertler Spezialitäten heran: Weiß-lila-rot kündigt sich der Mohn an und weckt die Gaumenfreude auf „Zelten“, „Tatschkerln“, Mohnknödel und Mohnstrudel. Einst als „Graues Gold“ an der Londoner Börse gehandelt, steht der Waldviertler Mohn auch heute noch hoch im Kurs und wurde 2005 in die prämierten Spezialitäten der „Genussregion Österreich“ aufgenommen. Wer mehr erfahren möchte, besucht das „Mohnhof Armschlag“ mit seinem Mohnlehrpfad, Mohngarten und Bauernladen.

Ein weiteres Waldviertler Mitglied im Kreise der regionalen Genussschönheiten kündigt sich Ende Juni mit einem weißen Blütenmeer an: der Waldviertler Erdäpfel. Im Zusammenspiel mit dem kontinental geprägten Hochflächenklima der Region entfaltet er bis in den kühlenden Herbst hinein sein unverwechselbares Aroma. Die „Erdäpfelwelt

Schweigerges“ würdigt als österreichweit einzigartiges Museum die Geschichte, den Geschmack und die Sortenvielfalt des Waldviertler Erdäpfels.

Im Waldviertel öffnet sich dem Besucher ebenfalls das Tor zum schönsten Kräutergarten Österreichs: ob Pfefferminze, Käsepappel, Ringelblume oder Salbei – Kräuter lieben das Silizium der Jahrtausende alten Waldviertler Granitböden. Dank des Kräuterspezialisten „SONNEN-

TOR“ gilt das Waldviertel heute als eine der wichtigsten Kräuterregionen Europas.

Das Waldviertel Schluck für Schluck genießen

Im südlichen Kamptal gedeiht Wein, während gegen Norden hin nach Zwettl Hopfen angebaut wird. Beides bringt einzigartige Köstlichkeiten hervor. „Die Seele des Biers“, wie der Hopfen bezeichnet wird, ist seit dem Mittelalter im Waldviertel zu Hause. Bereits im Jahr 1321 verlieh König

Friedrich der Schöne der Stadt Weitra das Braurecht und erhob sie damit zur ältesten Braustadt Österreichs. Dass Braukunst auch im 21. Jahrhundert im Waldviertel verankert ist, dafür sorgt die „Privatbrauerei Zwettl“. Seit 1708 werden in diesem traditionsreichen Familienbetrieb beste Waldviertler Qualitätsbiere gebraut.

Der Kamptaler Weinbau lebt vom unverwechselbaren Klima und innovativen Wintzern. Die beliebten Sorten „Grüner Veltliner“, „Riesling“, „Weißburgunder“ und „Chardonnay“ werden regelmäßig bei namhaften, internationalen Weinprämierungen ausgezeichnet. Die edlen Tropfen der Kamptaler Spitzenwinzer lassen sich in der Vinothek „Ursin Haus“ in Langenlois verkosten und erwerben.

Die Waldviertler Edelbrenner erzeugen Hochprozentiges auf höchstem Niveau. Die Waldviertler Natur liefert auch hier die besten Rohstoffe: reife, gesunde Früchte und hochwertiges Waldviertler Getreide. Denn im Waldviertel wird nicht nur Obst gebrannt. In einer Region, die so prädestiniert für den Getreideanbau ist, liegt es auf der Hand, dass auch Bier, Getreidebrände und vor allem hochprämierter Whisky hergestellt werden. Innovationsgeist beweist Jasmin Haider von der „Destillerie J. Haider und Whisky-Erlebniswelt“, die die 1. Whiskydestillerie Österreichs führt.

Der Geschmack des Waldviertels ist Vielfalt

Die Waldviertler Karpfen wachsen in über 1.400 Teichen heran. Aufzucht und Pflege brauchen Zeit und Hingabe: Vom Abläichen der Mutterfische bis zu seinem Abfischgewicht von 3 kg benötigt diese Spezialität vier Jahre. Für die Geduld seiner Teichwirte bedankt sich der Waldviertler Karpfen mit seinem

besonders bekömmlichen und fettarmen Fleisch. Als größte Karpfenzuchtregion Österreichs vereint die „Genussregion Waldviertler Karpfen“ sowohl Teichwirte als auch Gastronomiebetriebe, die sich der naturnahen Erzeugung und kreativen Verarbeitung des Waldviertler Karpfens verschrieben haben.

Käse und Brot gelten als unvergleichliches kulinarisches Zusammenspiel. Das Waldviertel bietet mit seiner beeindruckenden Vielfalt an

regionalen Käsesorten und seinem einzigartigen Roggenbrot eine Geschmackseinheit par excellence. „DIE KÄSEMACHER“ stellen eine umfangreiche Palette heimischer Käsesorten aus Kuh-, Schaf- und Ziegenmilch her.

Ein besonderer Star ist das Waldviertler Kriecherl. Die engagierten Kriecherl-Bauern und Edelbrenner erzeugen in der „Genussregion Waldviertler Kriecherl“ aus dem Ur-Obst vielfältige kulinarische Highlights: von prämierten Edelbränden, köstlichen Marmeladen und Sirupen bis zu modernen Geschmacksinterpretationen wie Kriecherl-Essig, Kriecherl-Senf und Kriecherl-Schokolade.

Das Waldviertel ist ein wahres Geschmacksparadies für Liebhaber von Fleisch- und Wurstspezialitäten. In den Waldviertler Wäldern wächst schmackhaftes Wild heran, das mit Respekt und Erfahrung gejagt wird. Auch Angus-Rinder weiden im Waldviertel und werden zu Spezialitäten verarbeitet. Wer exotisches Straußenfleisch probieren möchte, muss dafür nicht weit reisen, auch im Waldviertel gibt es eine Straußen-, Emu- und Nandufarm.

Neben den Waldviertler Klassikern erzeugen die Waldviertler Landwirte, Produzenten und Gastronomen auch eine große Vielfalt an kulinarischen Spezialitäten und Raritäten. Die hervorragenden Rohstoffe und Grundprodukte werden zu innovativen Kreationen wie Teigwaren, Honig, Schokolade und Essig verarbeitet.

Um all diese Spezialitäten den Besuchern näherbringen zu können, ist im Waldviertel eine wahre Kultur der Hof- und Regionalläden entstanden. Vielerorts haben sich die Anbieter zusammengeschlossen und bieten ihre köstlichen Produkte gemeinsam an.

geschmack-waldviertel.at



Bier, Erdäpfel, Kräuter & Tees, Mohn, Kriecherl, Karpfen, Brot & Käse, Wein sowie viele weitere Spezialitäten machen das Waldviertel zu einem Paradies für guten Geschmack



Der geschmackvolle Wegweiser durchs Waldviertel erläutert, wo die berühmten Waldviertler Spezialitäten ihre Wurzeln haben – und verrät, wo man sich am besten verwöhnen lassen kann. Bestellen Sie die neue Faltkarte unter waldviertel.at/prospekte



Kurzsichtigkeit bei Kindern

Hilfe bei Myopie. UNITED OPTICS als Experte für gutes Sehen

Anlässlich des Welttags des Sehens, der am 14. Oktober stattfand, macht die FachoptikerKette UNITED OPTICS auf ein sehr wichtiges Thema aufmerksam – auf Kurzsichtigkeit bei Kindern. Studien des Brien Holden Instituts zufolge werden bis zum Jahr 2050 fast 50 % der Bevölkerung unter Kurzsichtigkeit leiden. Vor allem Kinder sind immer stärker von Myopie betroffen, was auf unterschiedliche Gründe zurückzuführen ist. Der seltene Aufenthalt im Freien, verstärkte Nutzung elektronischer Geräte, aber auch genetische Veranlagungen sowie Umweltfaktoren haben negativen Einfluss auf das Sehvermögen.

Früherkennung

Kurzsichtigkeit bei Kindern setzt meist im siebten oder achten Lebensjahr ein oder zu Beginn der Pubertät. Heilbar ist die Sehschwäche nicht, aber durch Früherkennung und richtiges Vorbeugen kann das Ausmaß eingedämmt werden.

UNITED OPTICS ist ein kompetenter Ansprechpartner zum Thema progressive Myopie bei Kindern und Jugendlichen und verfügt über eine eigene Akademie und Schulungsplattform, wodurch alle Mitarbeiter über



Die Mitarbeiter von UNITED OPTICS werden regelmäßig geschult, um Kindern mit Myopie zu helfen

höchste fachliche Kompetenz verfügen und zertifizierte Experten sind. Diese stehen den Kunden vor Ort im Optikerbetrieb mit Fachwissen beratend zur Seite.

Kontrollen

Um Sehschwächen bei Kindern vorzubeugen, sollte einmal im Jahr eine Kontrol-

le durchgeführt werden. Denn Kinder merken nicht, dass ihr Sehvermögen beeinträchtigt ist. Sie gewöhnen sich an die visuellen Defizite, was zu Lasten der Konzentration geht und zur Folge hat, dass die Sehschwäche ohne Behandlung weiter zunimmt. Mittels spezieller Kontaktlinsen oder Brillen-

gläser kann die Zunahme der Sehschwäche verlangsamt werden. Die häufigste Behandlungsform sind Kontaktlinsen, welche über die Krankenkasse abgerechnet werden können.

Als zertifizierte Partner sind bei den 70 Optikerbetrieben von UNITED OPTICS alle Produkte erhältlich. Mittels

engem Nachkontrollschema werden die Fortschritte bei der Myopie-Entwicklung festgehalten, wodurch sichergestellt wird, dass die Kinder bei erfolgreicher Behandlung auch in Zukunft ihr gutes Sehvermögen genießen können.

Denn gutes Sehen ist Lebensqualität!



Gutes Sehen ist für Kinder essenziell

Über UNITED OPTICS

UNITED OPTICS wurde 1993 als FachoptikerKette, bestehend aus österreichischen Optikerbetrieben, gegründet, mit dem Ziel, den Kunden den besten Service zu bieten. Das einzigartige Konzept kombiniert die Vorteile eines lokalen Optikers mit jenen einer großen Filialkette und vereint so fachspezifisches Wissen mit dem Einsatz aktuellster Technologien und fairen Angeboten.

www.unitedoptics.at

Müdigkeit, Depressionen, Darmerkrankungen, Infekte, Allergien:

Leiden Sie an REIZDARM?

Hilfe kommt aus der Natur mit einem zertifizierten Medizinprodukt von PANACEO

Reizdarm – was ist das?

Unter Reizdarm versteht man eine Störung des Darms, mit typischen Symptomen wie Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall oder Verstopfung. Ein Reizdarm ist äußerst belastend – physisch wie psychisch – er führt zu Müdigkeit, Konzentrationsstörungen oder einer eingeschränkten Leistungsfähigkeit und wird zunehmend im Zusammenhang mit Depressionen, Infekten und Allergien gesehen.

Für eine gesicherte Diagnose konsultieren Sie den Arzt Ihres Vertrauens.

Neueste Forschungsergebnisse

zeigen, dass die Ursachen für Reizdarm in der Darmwandbarriere und dem Mikrobiom, also den Mikroorganismen im Darm, liegen können. Die Darmwand ist gereizt und undicht und lässt vermehrt unerwünschte Stoffe durch. Es kommt zu den typischen Symptomen, die gepaart mit einem Gefühl der Hilf-

losigkeit zu vermehrtem Stress führen. Es entsteht ein Teufelskreis, aus dem es ohne Hilfe in der Regel kein Entkommen gibt.

Ein zertifiziertes Medizinprodukt, das die Darmwand sanieren und das Mikrobiom regulieren kann

Das **Naturprodukt PMA-Zeolith** wird seit 2004 bei Reizdarmpatienten mit großem Erfolg eingesetzt. Eine neue, 2021 veröffentlichte, klinische Studie belegt erneut, dass der PMA-Zeolith sowohl stärkend auf die Darmwandbarriere als auch regulierend auf das Mikrobiom wirkt.

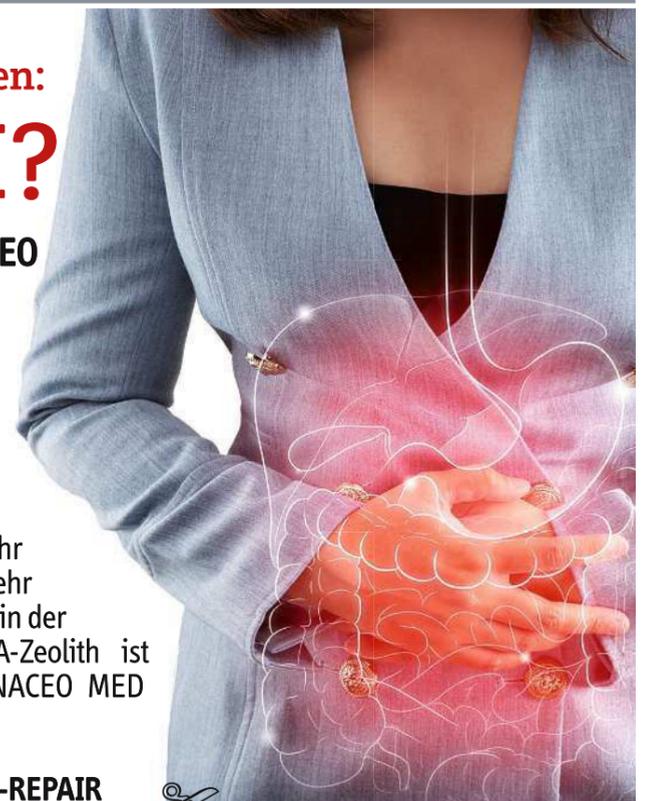
Die Wissenschaft bestätigt, dass PMA-Zeolith wirkt – die Löcher in der Darmwand schließen sich, die Entzündungswerte sinken und die typischen Symptome einer Reizdarmlastung schwinden.

Die Sicherheit des einzigartigen Wirkstoffes wurde in wissenschaftlichen Studien wiederholt nachgewiesen und in rund 20 Jahren mit mehr als 3 Millionen in Verkehr gebrachten Produkten, in der Praxis bestätigt. PMA-Zeolith ist der Wirkstoff in „PANACEO MED DARM-REPAIR“.

PANACEO MED DARM-REPAIR

wirkt, indem es im Magen-Darm-Milieu gezielt Giftstoffe wie Ammonium und Schwermetalle bindet und sanft auf natürlichem Weg über den Stuhlgang aus dem Körper ausleitet.

Vertrauen daher auch Sie auf das original PANACEO MED DARM-REPAIR – jetzt erhältlich in der Apotheke. Info unter www.panaceo.com



Jetzt Aktion* in ausgewählten Apotheken:

–10 % auf PANACEO MED DARM-REPAIR in Kapsel- oder Pulverform

200 Kaps.: PZN 5228506
200 g: PZN 5450707
400 g: PZN 5228529



* Aktion gültig von 01.10. bis 30.11.2021. Medizinprodukt: Bitte Gebrauchsanweisung beachten.

Wie Feuer in der Kehle

Sodbrennen. Wie es dazu kommt und was dagegen hilft

Es war ein wunderschönes Essen mit Freunden. Üppig war es auch. Und dann taucht plötzlich dieses Symptom auf: In der Magengegend setzt ein brennender Schmerz ein, der sich hinter das Brustbein und in den Hals ausdehnt. Begleitet wird er zusätzlich von saurem Aufstoßen. Und der schöne Abend ist gelaufen ...

Wirksame Hilfe

Sodbrennen ist eine unangenehme Sache. In den meisten Fällen aber ist es vorübergehend und nicht tragisch. Mediziner sprechen von Sodbrennen, wenn es zu einem Rückfluss, auch Reflux genannt, von Magensäure in die Speiseröhre und möglicherweise sogar bis in den Mundraum kommt. Typischerweise treten diese Symptome nach schwerem,

fettigem Essen und übermäßigem Alkoholgenuß auf.

Tritt Sodbrennen nur gelegentlich auf, so ist es zu meist harmlos und deutet auf eine Schwäche des Schließmuskels am Mageneingang hin. Die Betroffenen können vorbeugend tätig werden, um den Reflux zu verhindern. Ganz allgemein gesprochen, bedeutet dies, auf typische Auslöser wie Alkohol, Nikotin, Kaffee, scharf gewürzte Speisen, Fettiges und Frittiertes zu verzichten. Auch der Abbau von Übergewicht kann helfen, zudem sind Entspannungstechniken, die man gegen Stress einsetzt, hilfreich. Gelegentliches Sodbrennen kann auch eingeschränkt werden, wenn die Betroffenen Lebensmittel zu sich nehmen, die viel Natron oder Stärke enthalten. Auch Nüsse können helfen

Andauernde Beschwerden

Anders sieht es aus, wenn Sodbrennen sehr häufig auftritt. Denn das kann ein Anzeichen für die sogenannte Refluxkrankheit sein: In diesem Fall ist der Schließmuskel der Speiseröhre erschlafft. Die im Magen enthaltene Säure steigt also ungehindert immer wieder auf. Mögliche Folgen: Die Schleimhaut der Speiseröhre entzündet sich dadurch, sodass ein blutendes Schleimhautgeschwür entstehen kann. Auch kann es durch Vernarbungen des Gewebes zu Verengungen der Speiseröhre kommen, die wiederum Schluckbeschwerden nach sich ziehen.

Daher ist bei häufigem Sodbrennen unbedingt ein Arzt zu konsultieren. Dieser kann feststellen, welche Probleme den Reflux auslösen. So ist manchmal ein Zwerchfellbruch, eine Speiseröhrentzündung, Gastritis oder Diabetes schuld am Sodbrennen. Steht die genaue Diagnose fest, kann eine Behandlung eingeleitet werden. Diese erfolgt meist in Form spezieller Medikamente. In manchen Fällen kann auch eine Operation hilfreich sein, wobei genauere Daten über die langfristigen Erfolge noch ausstehen. In jedem Fall ist eine Veränderung des Lebensstils eine sinnvolle Maßnahme – und eine, die jeder für sich durchführen kann.



Sodbrennen beginnt beim Magen und steigt in den Mund

Wichtiges Organ

Nachgefragt. Was macht die Bauchspeicheldrüse eigentlich?

Und wann muss sie transplantiert werden?

Die Bauchspeicheldrüse fachsprachlich auch das Pankreas genannt – ist circa 20 Zentimeter lang und wiegt ungefähr 100 Gramm. Das keilförmige Drüsenorgan befindet sich unterhalb des Magens.

Die Bauchspeicheldrüse erfüllt zwei wesentliche Aufgaben:

- Sie reguliert den Zuckerstoffwechsel im Körper durch die Produktion von Insulin in den Inselzellen.
- Sie schüttet Enzyme aus, die für die Verdauung von Eiweißen, Fetten und Zucker wichtig sind.

Gründe für eine Transplantation

Die Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus Typ 1) ist der mit Abstand häufigste Grund für eine Bauchspeicheldrüsen-transplantation (Pankreas-

transplantation). Eine Verletzung der Organe im Bauchraum ist hingegen ein weitaus seltener Grund für eine Transplantation.

Diabetes mellitus Typ 1 ist eine Autoimmunkrankheit und unterscheidet sich von der weiter verbreiteten Altersdiabetes (Diabetes mellitus Typ 2). Bei Diabetes mellitus Typ 1 wird die Bauchspeicheldrüse angegriffen und kann deshalb eingeschränkt oder kein Insulin mehr produzieren. Als Folge steigt der Zuckergehalt im Blut gefährlich an. Die Betroffenen müssen mehrmals täglich Insulin spritzen. Auf Dauer werden Blutgefäße, Nerven und zahlreiche Organe, vor allem die Nieren, geschädigt. Durch die Transplantation einer gesunden Bauchspeicheldrüse kann die körpereigene Insulinproduktion wieder stattfin-

den und Folgeschäden werden vermieden.

Spenderorgane werden benötigt

In der Regel werden mehr Spenderorgane benötigt, als tatsächlich gespendet werden. Das bedeutet, dass Menschen, die ein Spenderorgan benötigen, auf eine Warteliste für das entsprechende Organ gesetzt werden müssen.

Auf die Warteliste für eine Pankreastransplantation werden Patientinnen und Patienten aufgenommen, die unter Diabetes mellitus Typ 1 leiden. Voraussetzung ist außerdem, dass die Patientinnen und Patienten auf eine Blutwäsche (Dialyse) angewiesen sind. Nur in Ausnahmefällen führen andere Beschwerden zur Aufnahme auf die Warteliste.

Zwischen 2015 und 2020 wurden 124 Patientinnen und Patienten für eine Pankreastransplantation auf die Warteliste gesetzt. 81 Prozent von ihnen konnten mit einem Spenderorgan versorgt werden. Zwei Prozent der Betroffenen verstarben, während sie auf die Transplantation warteten, 13 Prozent befinden sich aktuell in einem anderen Wartelistenstatus. Vier Prozent der Patienten und Patientinnen sind also noch transplantierbar und befinden sich auf der Warteliste. (Quelle: ET Dokumentation)



Vor allem Diabetes-mellitus-Typ-1-Patienten benötigen eine Bauchspeicheldrüsen-Transplantation

Seit Generationen bewährtes

sicheldorfer

HEILWASSER

WIR HELFEN IHNEN BEI SODBRENNEN!

Heilwirkung
und das nicht nur bei Sodbrennen

Wohlbefinden ist die Grundvoraussetzung für zufriedenstellende Leistungen in allen Bereichen des Lebens. Die Vorteile der mineralstoffreichhaltigem Wasser gewinnen in unserer Zeit an Bedeutung.

Das SICHELDORFER HEILWASSER besitzt eine einzigartige Zusammensetzung und erhält daher seine spezielle heilende Wirkung, welche bei folgenden Beschwerden zur unterstützten Behandlung empfohlen wird:

- Jodmangel – Schilddrüsenunterfunktion
- Katarrhalische Erkrankungen
- Sodbrennen – Refluxkrankheit
- Hyperacide Gastritis
- Harnsäure- bzw. Uratsteine

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.heilwassersicheldorf.com

SOFORTWIRKUNG BEI SODBRENNEN!

ja-transplant.at

LIEBE

kann man nicht transplantieren, eine Bauchspeicheldrüse schon.

Eine Transplantation rettet nicht nur Leben, sie ermöglicht es wieder auszuleben, was in uns steckt. Franz und seine Frau Olga können sich nicht nur wieder liebevoll umeinander kümmern, sie sind seit vielen Jahren in einem Selbsthilfverein auch für andere da.

Transplantation ist kein Tabu. Nur wenn wir offen darüber sprechen, besiegen wir Vorurteile.

Franz Wasserbauer, 59
Ehemann, leitender Bankangestellter, sozial engagiert mit transplantierter Pankreas und Niere.

Unterstützt durch die Christine Vranitzky Stiftung zur Förderung der Organtransplantation.



In der Anlage in Wien Meidling stellt Boehringer Ingelheim biopharmazeutische Wirkstoffe im großen Maßstab her

Biopharma made in Vienna

Wichtiger Standort. Österreich ist um eine neue pharmazeutische Produktionsanlage reicher: Boehringer Ingelheim eröffnete sein bislang größtes biopharmazeutisches Werk in Wien Meidling

Mit der Eröffnung der hochmodernen Produktionsstätte hat das forschende Pharmaunternehmen Boehringer Ingelheim die größte Einzelinvestition in der Unternehmensgeschichte abgeschlossen. In der Anlage werden biopharmazeutische Wirkstoffe im großen Maßstab hergestellt und damit die Versorgung von Patientinnen und Patienten mit innovativen Arzneimitteln auf der ganzen Welt verbessert.

In der Anlage werden künftig Arzneimittel etwa gegen Herzinfarkt, Schlaganfall und Krebs hergestellt. Christian Eckermann, Standortleiter Biopharmazie bei Boehringer Ingelheim, betont die Relevanz der neuen Anlage: „Die weltweite Nachfrage nach biopharmazeutisch hergestellten Medikamenten wächst stark an. Als einer der größten Auftragsproduzenten haben wir jetzt unsere Kapazitäten drastisch ausgebaut.“

Boehringer Ingelheim wird in Meidling unternehmenseigene Produkte ebenso produzieren, wie als Auftragshersteller auch Arzneimittel für andere Pharmaunternehmen. Philipp von Lattorff, Generaldirektor Boehringer Ingelheim Regional Center Vienna, erläutert: „Die gesamte Pharmabranche ist auf Zusammenarbeit angewiesen, um den maximalen Nutzen für Patientinnen und Patienten sicherstellen zu können. Das gilt nicht nur für die Forschung, sondern vielfach auch für die Produktion innovativer Arzneimittel.“

Die neue Anlage ist dafür ein Paradebeispiel.“



Die Produktionsanlage zählt zu den modernsten biopharmazeutischen Werken weltweit

Hightech-Produktionsanlage

Die Produktionsanlage zählt zu den modernsten biopharmazeutischen Werken weltweit. Sie ist so aufgebaut, dass sie binnen kürzester Zeit von einem Produkt auf ein anderes umgestellt werden kann bzw. die simultane Herstellung unterschiedlicher Produkte ermöglicht. Die Flexibilität wird etwa durch 1.000 mögliche Verschaltungswege und 8.000 Automatikventile gewährleistet. Der gesamte Produktionsprozess ist hochgradig automatisiert. Es kommen digitale Lösungen und Smart Glasses zum Einsatz.

Zusätzlich zum eigentlichen Produktionsgebäude wurde am Unternehmensstandort in Wien Meidling auch die entsprechende Infrastruktur errichtet: ein Logistik-Center, ein Gebäude für Qualitätssicherung- und -

kontrolle, eine Energiezentrale sowie ein Gebäude für Werkstätten und Betriebsfeuerwehr. Der neue Komplex umfasst insgesamt 390.000 m³ Volumen.

500 neue Arbeitsplätze

Mit nun über 2.400 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist Boehringer Ingelheim in der Pharmabranche einer der größten Arbeitgeber in Wien. 500 zusätzliche Arbeitsplätze für hochqualifizierte Mitarbeiterinnen wurden durch die Standorterweiterung geschaffen. Ein Personalaufbau von besonderer Dimension, der vielfältige Personalmarketingmaßnahmen erforderte. Viele der Funktionen mussten mit hochspezialisierten Fachkräften besetzt werden. Dies war selbst hier in Wien einer Herausforderung, wo es ein generell hohes Ausbildungsniveau und ein sehr gutes Bildungsangebot, etwa

in den Bereichen Biochemie und Biotechnologie, gibt.

Biopharmazie

Die biopharmazeutische Produktion kommt bei der Herstellung von hochkomplexen Wirkstoff-Molekülen zum Einsatz. Während etwa ein chemisch hergestelltes Schmerzmittel aus rund 20 Atomen besteht, zählen Biopharmazeutika schnell über 20.000 Atome. Das Potenzial von Biopharmazeutika in Indikationen wie Immunologie oder Onkologie ist enorm. Gerade bei jenen Krankheiten, für die bisher noch wenige oder keine Therapien verfügbar sind, können Biopharmazeutika neue Therapieoptionen für Patientinnen und Patienten bieten.

Schon bisher wurden am Standort Wien biopharmazeutische Arzneimittel mit Hilfe von Mikroorganismen wie Bakterien oder Hefen hergestellt. In dem neuen Produktionsgebäude werden hingegen Zellkulturen für die Herstellung verwendet. Das ermöglicht nicht nur deutlich höhere Produktionsmengen, sondern auch die Herstellung komplexerer Wirkstoffe.

STATEMENT

Pharmastandort Europa erfordert Taten

Philipp von Lattorff, Generaldirektor Boehringer Ingelheim Regional Center Vienna

Boehringer Ingelheim hat für seine größte Einzelinvestition der Unternehmensgeschichte Wien auserkoren. Das spricht für den Standort und die Expertise unserer bestehenden und potenziellen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Damit haben wir einen Beitrag geleistet und können mitten in Wien Medikamente für den Weltmarkt produzieren. Das ist ein Paradebeispiel für ganz Europa, denn die Stärkung der pharmazeutischen Produktion ist nicht nur Österreich, sondern auch der EU ein großes Anliegen. Die damit gewonnene Unabhängigkeit von anderen Teilen der Welt erhöht die Versorgungssicherheit insbesondere in Ausnahmesituationen. Sie sichert hochwertige Arbeitsplätze und stärkt den Pharmastandort Europa. Bei diesem Ziel sind sich (fast) alle einig. Doch das ist kein Selbstläufer. Wer A sagt, muss auch B sagen. Investitionen vonseiten der Industrie sind genauso gefordert, wie passende Rahmenbedingungen und ein funktionierender Markt.

Wenn die Pandemie hinter uns liegt, könnte der Ruf nach einer starken europäischen Pharmaproduktion wieder leiser werden. Das

wäre bedauerlich. Besser wäre es, dieses Zeitfenster zu nutzen, um auf europäischer Ebene Investitionen zu fördern. Angesichts der Tatsache, dass eine pharmazeutische Hightech-Anlage vom Spatenstich viele Jahre braucht, bis sie fertiggestellt ist und dann noch weitere zwei bis drei Jahre, bis die ersten Produkte ausgeliefert werden können, lautet die Devise, schnell zu handeln. Denn die Konkurrenz in anderen Teilen der Welt schläft nicht. Europa muss jetzt agil bleiben, will es im globalen Wettbewerb bestehen. Spätestens in der nächsten Pandemie werden wir wissen, ob uns das gelungen ist.



**Boehringer
Ingelheim**