

Nieuwsbrief maart 2015

Beste nieuwsbrieflezer,

Na een winter waarin velen onder ons af te rekenen kregen met een zware griep of virale infectie hebben we opnieuw tijd gevonden om een nieuwsbrief te schrijven. De eerste zonnige lentedagen hebben we ondertussen al gehad en misschien bent u iemand die al tekenen van hooikoorts of allergische rhinitis begint te vertonen... U leest er alles over in deze nieuwsbrief.

Met de eerste zonnestralen willen we u ook al wijzen op het belang van een goede zonnebescherming. De meeste merken zonneproducten zijn al in voorraad, binnenkort stellen we ze op de rekken. Vertrek je nog op skivakantie dan kan je bij ons ook nog de speciale zonneproducten voor de hoogtezon vinden.



Wist je dat pure fondant chocolade gezond is?

Goed om weten als we paaseieren gaan rapen.

Aan wie examens heeft : veel succes!

Wij wensen allen een fijne paastijd.

Nu in de kijker: Hooikoorts of allergische rhinitis

Allergische rhinitis is de meest voorkomende vorm van allergie. De symptomen variëren, maar treden meestal tweezijdig op ter hoogte van de ogen en de neus na blootstelling aan een allergeen: niezen, neusloop, neusverstopping, prikkeling en jeuk in de neus/ogen, tranende ogen,...

Volg het pollenweerbericht op <http://www.pollen-info.be/nl> waar je ook een app kan downloaden voor smart- of iPhone of op <http://www.pollennieuws.be/>.

Probeer zoveel mogelijk het contact met pollen te vermijden:

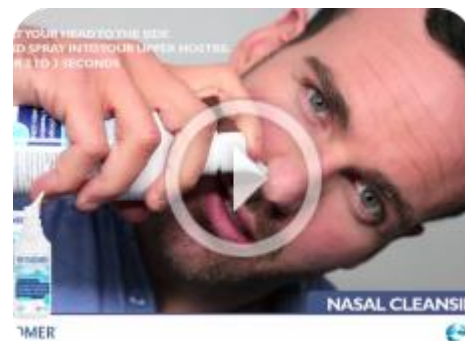
- ⇒ De concentratie aan pollen is het hoogst 's morgens (pollen stuiven op) en 's avonds (pollen dalen neer) zeker bij winderig weer
- ⇒ Zet een zonnebril op bij het buiten gaan
- ⇒ Droog de was binnenshuis
- ⇒ Zorg voor een goed onderhouden airconditioning
- ⇒ Was je haar zoveel mogelijk 's avonds om de pollen te verwijderen
- ⇒ Laat het gras afrijden over aan anderen
- ⇒ Vermijd roken en ook passief roken



- ⇒ Spoel de neus zo veel mogelijk met fysiologisch water om te reinigen en om de allergenen weg te spoelen. Doe dit op de juiste manier, bekijk eventueel de instructievideo:

<http://www.physiomer.be/be-nl/al-onze-videos>

- ⇒ Gebruik een lokale druppel of spray om te verzachten
- ⇒ neem een antihistaminicum dat effect heeft op neus- en oogklachten (vraag hierbij raad aan uw apotheker). U kan ook kiezen voor een plantaardig of homeopatisch middel.



Allergische rhinitis is een risicofactor voor astma. Indien de rhinitis wekenlang aanhoudt doe je er goed aan om je longen 1x per jaar grondig te laten controleren.

Accreditering

Sinds 1 januari 2015 zijn ook apothekers verplicht om bijscholingen te volgen. Wij hebben al een jarenlange gewoonte om deel te nemen aan navormingen zodat we steeds op de hoogte zijn van de nieuwste ontwikkelingen.

In 2015 volgden we al de lessen over pediatrie, zwangerschap en incontinentie.

We organiseerden zelf een informatieve avond over hart en bloedvaten i.s.m. iXX-Pharma, in bijlage kan je een samenvatting vinden.

Agenda

- De hele maand april besteden we extra aandacht aan incontinentie. We zijn ruim voorzien van stalen zodat u zelf een aantal verbanden kan uittesten alvorens aan te kopen. Vraag er naar.
- 22 april om 19u.: adviesavond Louis Widmer in de vergaderruimte boven de apotheek, inschrijven kan al via onze website of in de apotheek.
- In mei zullen we extra aandacht besteden aan voeten en steunkousen met mooie promoties!

Nieuw in de apotheek

Het dermatologisch gamma Uriage op basis van thermaal water uit de Franse Alpen. De onmiddellijke verpakking bij de bron zorgt ervoor dat het water zijn puurheid en natuurlijke rijkheid aan minerale zouten en oligo-elementen behoudt. Door zijn samenstelling is dit het meest evenwichtige van alle Thermale Waters.



Je kan er meer over te weten komen op de website van Uriage: <http://www.uriage.com/BE/nl>

Promoties

Het voordeelhoekje is verhuisd naar een kast aan de ingang, we groeperen daar de voordeelverpakkingen.

Ook de babyvoeding, babyverzorgingsproducten, intieme hygiëne en de producten op basis van etherische oliën Puresentiel zijn verhuisd. Kan je iets niet terugvinden, aarzel dan niet om het te vragen.



Indien u deze nieuwsbrief niet meer wenst te ontvangen of op een ander e-mailadres kan u ons steeds een mailtje sturen. Hebt u familie of vrienden die ook graag op de hoogte blijven, geef dan gerust hun e-mailadres door.