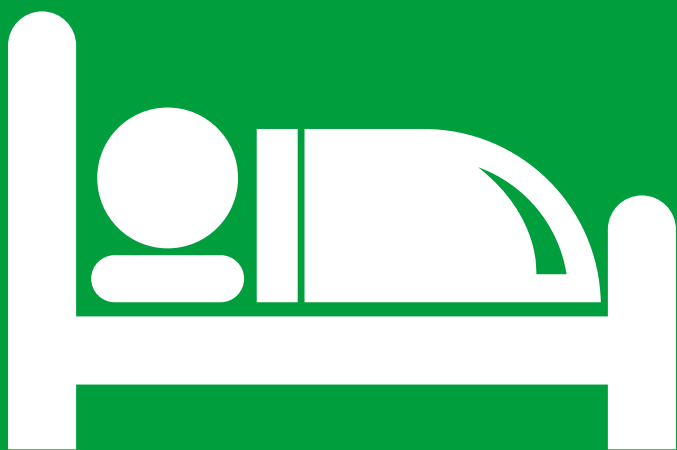


**Lieber 10 Minuten
beraten lassen, als
10 Tage flachliegen.**

- Prävention
- Impfung
- Behandlung

Bei Grippe und
Erkältung.



Ihre Apotheke.
Der direkte Weg zur Besserung.





Was ist die Grippe?

Die Grippe oder Influenza ist eine infektiöse Atemwegserkrankung, die vor allem im Winter auftritt. Jeden Winter benötigen bis zu 300'000 Personen in der Schweiz eine medizinische Konsultation wegen einer grippeähnlichen Erkrankung.

Was unterscheidet die Grippe von einer Erkältung?

Typische Kennzeichen	Grippe	Erkältung
Plötzliches Auftreten	●●●	●
Kopf-, Gliederschmerzen	●●●	●
Schnupfen	●	●●●
Hohes Fieber	●●●	●
Trockener Husten	●●●	●

● gering/schwach ●●● akut/stark

Wer ist besonders anfällig?

Jede Grippeerkrankung kann zu Komplikationen führen. Laut Bundesamt für Gesundheit sollten u. a. folgende Personen besonders geschützt werden:

- Personen ab 65 Jahren
- Personen mit chronischen Erkrankungen
- Schwangere (ab 2. Trimenon bis 4 Wochen nach Entbindung)

Wie kann ich einer Grippe vorbeugen?

- Gute Hygiene (gründliches Händewaschen, in die Armbeuge oder ein Taschentuch niesen und husten)
- Abstand halten oder Maske tragen, regelmässig lüften
- Bei Symptomen zuhause bleiben
- Über Impfempfehlungen informieren

Wie funktioniert die Grippeimpfung?

- Der Körper baut in Reaktion auf die Impfung eine Abwehr gegen Grippeviren auf.
- Er bildet Antikörper, die eindringende Grippeviren bekämpfen können.

Wussten Sie schon?

Grippeviren verändern sich kontinuierlich, weshalb die WHO die Zusammensetzung der Impfung jedes Jahr neu festlegt.

Umfangreiche Informationen zum Thema Impfstoffe finden Sie hier:



surl.sanofi.com/clt

Erwischt! Was nun?

Das geschulte Fachpersonal Ihrer Apotheke berät Sie gerne und sucht mit Ihnen zusammen die richtige Auswahl an Präparaten für eine effiziente Behandlung Ihrer Symptome.

Neben genügend Ruhe und Schlaf helfen Nasensprays, Lutschtabletten, Hustenpräparate und fiebersenkende wie auch immunstärkende Medikamente, die Symptome zu lindern und eine Weiterverbreitung des Erregers zu vermeiden.



Weitere vorbeugende Massnahmen gegen Erkältung und Grippe.

Regelmässiges Ausdauertraining, Saunabesuche, Wechselduschen, ausreichend Schlaf und eine gesunde Ernährung helfen, den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen oder gar ganz zu umgehen.

Zudem eignen sich bei akuten Anzeichen von Infekten auch immunstärkende Nahrungsergänzungsmittel wie Vitamin C und Zink, eine vitaminreiche Ernährung, sowie eine genügend hohe Flüssigkeitsaufnahme.

Den besten Schutz gegen die Grippe hingegen bietet die Grippeimpfung. Die jährliche Schutzimpfung gegen die saisonale Influenza stellt eine der wichtigsten präventiven Massnahmen im Kampf gegen die Grippe dar. Da sich die Grippeviren sehr häufig verändern, muss eine Grippeimpfung jährlich aufgefrischt werden.

Die beste Zeit für die Influenzaimpfung ist im November und bis zum Beginn der Grippewelle. So kann ein sicherer Gripeschutz während der kälteren Monate gewährleistet werden.

Pneumokokken-Erkrankungen: in der kühlen Jahreszeit steigen die Infektionszahlen

Gerade in den Wintermonaten begleiten uns Infektionskrankheiten auf Schritt und Tritt. Infektionskrankheiten können durch unterschiedliche Erreger verursacht werden, wie beispielsweise Viren und Bakterien. Einige davon sind schnell vorbei und behindern uns nicht stark. Andere sind schwerwiegender und bergen ein höheres Gesundheitsrisiko. Dazu gehören auch Infektionen mit sogenannten Pneumokokken, Bakterien, welche unter anderem zu Lungenentzündungen und invasiven Erkrankungen führen können.

In der Schweiz kommt es gemäss Angaben des Bundesamtes für Gesundheit jährlich zu circa 1'000 invasiven Pneumokokken-Erkrankungen und zu etwa 100 Todesfällen. Die Zahl dieser schweren Pneumokokken-Erkrankungen liegt seit Beginn der COVID-19-Pandemie aber tiefer. In der kühlen Jahreszeit steigen die Infektionszahlen, und das Alter ist der wichtigste Risikofaktor für eine Pneumokokken-Infektion. Somit sind Säuglinge und Kleinkinder sowie ältere Personen ab 65 Jahren besonders gefährdet.

Die Erkrankung kann beim Husten, Sprechen und Niessen übertragen werden. Erkundigen Sie sich bei einer medizinischen Fachperson, was Sie tun können, um sich vor Infektionen in der kühlen Jahreszeit zu schützen.

(Dieser Text entstand mit finanzieller Unterstützung von Pfizer AG, Schärenmoosstrasse 99, 8052 Zürich)
PP-PRV-CHE-0045 September 2022

**Weitere Informationen zum Thema
Pneumokokken-Erkrankungen finden Sie hier:**



**[bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/
krankheiten-im-ueberblick/pneumokokken-erkrankungen.html](https://bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/krankheiten-im-ueberblick/pneumokokken-erkrankungen.html)**

Impfungen bieten einen langfristigen Schutz vor Infektionskrankheiten – auch gegen Gürtelrose!

Impfungen können nicht nur Schutz vor der Grippe, sondern auch vor der Gürtelrose bieten. Diese wird durch das Windpockenvirus verursacht (Windpocken auch bekannt als Spitze Blattern).

Über 99% der Erwachsenen tragen den Gürtelroseerreger nach einer früheren Windpockenerkrankung in sich. In schützender Funktion hält das Immunsystem das Virus unter Kontrolle. Mit zunehmendem Alter nimmt diese Funktion ab, weshalb es zu einer Reaktivierung des Virus und damit zur Auslösung der Gürtelrose kommen kann, an der jedes Jahr in der Schweiz bis zu 30'000 Personen erkranken.

Symptome sind Fieber und Müdigkeit, dann Juckreiz, brennende bis stechende Schmerzen in der Hautregion, in der ein Ausschlag mit Bläschenbildung auftritt. 30% der Gürtelrose-Patienten können an einer langwierigen Schädigung der betroffenen Nerven leiden, bekannt als postherpetische Neuralgie, mit stechenden, tiefsitzenden Schmerzen. Jede fünfte von Gürtelrose betroffene Person leidet unter einem Befall im Gesicht, der sich um die Augen ausbreitet, dort die Nerven schädigt und zu langfristigen Schmerzen oder gar Sehverlust führen kann.

Ältere, vor allem auch chronisch kranke Personen oder Personen, welche immunsuppressive Medikamente einnehmen, haben ein erhöhtes Risiko, an Gürtelrose zu erkranken und sollten sich zur Möglichkeit einer Impfung in ihrer Apotheke beraten lassen.

Weitere Informationen zum Thema Gürtelrose finden Sie hier:



1von3.ch

Impfen in Ihrer Apotheke: Wir beraten Sie gerne.

Sprechen Sie das Fachpersonal in Ihrer Apotheke an. Gerne informieren wir Sie über die Möglichkeit einer Grippeimpfung. Je nach Kanton können Sie sich gleich vor Ort oder nach Terminvereinbarung von uns impfen lassen.

In einigen Kantonen sind auch weitere Impfungen in der Apotheke möglich. So werden nebst Impfungen gegen COVID-19 auch Impfungen gegen Hepatitis A und Hepatitis B, Diphtherie, Tetanus, Keuchhusten und Kinderlähmung angeboten. Gerne können Sie vor Ort auch Ihren Impfstatus überprüfen lassen.

Umfangreiche und aktuelle Informationen zum Thema Impfen in der Apotheke finden Sie hier:



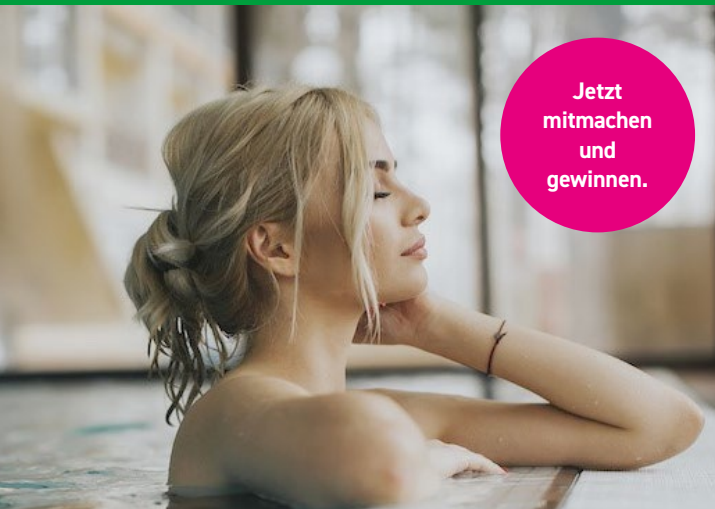
impfapotheke.ch



Umfangreiche Informationen rund ums
Thema Grippe und Erkältung finden Sie hier:



wegzurbesserung.ch



Jetzt
mitmachen
und
gewinnen.

Wettbewerb

Gewinnen Sie einen von

50 Spa-Gutscheinen



Teilnahmeschluss: 30. November 2022

GFH

Bündnis Gesundheitsfachhandel
Union commerciale du secteur de la santé
Unione commerciale nel settore sanitario



Ihre Apotheke.
Der direkte Weg zur Besserung.

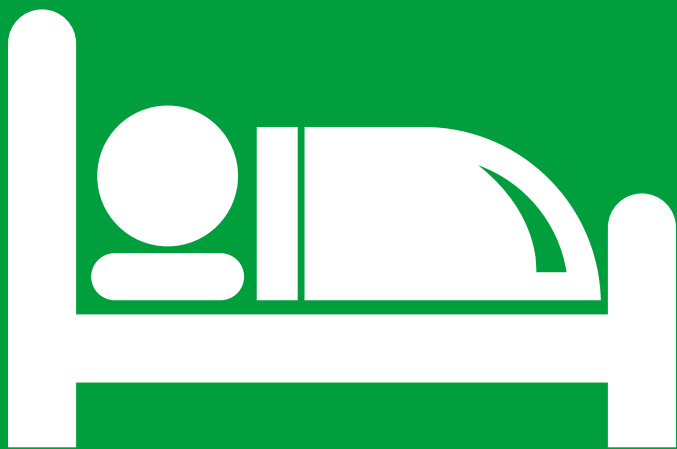


Die Sponsoren haben weder Einfluss auf den Inhalt dieser Kampagne genommen,
noch sind sie für deren Inhalt verantwortlich.

10 minuti per una consultazione: meglio di 10 giorni a letto.

- Prevenzione
- Vaccinazione
- Trattamento

Contro influenza
e raffreddore.



La vostra farmacia.
La strada diretta verso la guarigione.





Cos'è l'influenza?

L'influenza è una malattia infettiva delle vie respiratorie che circola soprattutto durante il periodo invernale. In Svizzera, ogni inverno fino a 300'000 persone chiedono consulenza medica per una patologia simil-influenzale.

Come si distingue l'influenza da un raffreddore?

Sintomi tipici	Influenza	Raffreddore
Esordio improvviso	●●●	●
Mal di testa, dolori articolari	●●●	●
Rinite	●	●●●
Febbre alta	●●●	●
Tosse secca	●●●	●

● scarso/debole ●●● acuto/forte

Quali sono i gruppi di persone particolarmente a rischio?

Ogni influenza può portare complicazioni. Secondo l'Ufficio federale della sanità pubblica, andrebbero particolarmente protetti – tra gli altri – i seguenti gruppi di persone:

- Persone a partire dai 65 anni di età
- Persone affette da patologie croniche
- Donne in gravidanza (a partire dal 2° trimestre e fino a quattro settimane dopo il parto)

Come posso prevenire un'influenza?

- Buona igiene (lavarsi accuratamente le mani, tossire e starnutire in un fazzoletto o nell'incavo del gomito)
- Mantenere la distanza o indossare una mascherina, aerare regolarmente
- Restare a casa se si avvertono sintomi
- Informarsi sulle vaccinazioni raccomandate

Come funziona la vaccinazione antinfluenzale?

- Il corpo reagisce alla vaccinazione creando una difesa contro i virus influenzali.
- Gli anticorpi prodotti sono in grado di combattere i virus influenzali che attaccano l'organismo.

Lo sapevate già?

I virus influenzali mutano in continuazione, quindi l'OMS aggiorna ogni anno la composizione del vaccino.

Informazioni esaustive sul tema dei vaccini sono disponibili qui:



sanofi.ch/fr/nous-connaître/solutions-de-santé/vaccins

Colpito! E ora?

Il personale specializzato della vostra farmacia sarà lieto di consigliarvi e individuerà insieme a voi una selezione appropriata di prodotti per il trattamento efficace dei vostri sintomi.

Oltre a un sufficiente riposo e sonno, anche spray nasali, compresse orosolubili, preparati antitussivi, così come medicinali antipiretici e immunizzanti aiutano ad alleviare i sintomi e a prevenire l'ulteriore diffusione dell'agente patogeno.



Altre misure preventive contro raffreddore e influenza.

Un regolare allenamento di resistenza, saune, docce scozzesi, sono sufficiente e un'alimentazione sana aiutano a influire positivamente sul decorso della malattia o addirittura ad evitarla del tutto.

Inoltre, per combattere i sintomi acuti di infezione sono efficaci anche gli integratori alimentari che rafforzano il sistema immunitario, come la vitamina C e lo zinco, una dieta ricca di vitamine e un'assunzione di liquidi sufficientemente elevata.

La miglior protezione contro l'influenza è tuttavia quella offerta dal vaccino antinfluenzale. La vaccinazione annuale contro l'influenza stagionale costituisce una delle misure preventive più importanti nella lotta contro l'influenza. Poiché i virus influenzali mutano molto spesso, la vaccinazione antinfluenzale va ripetuta annualmente.

Il periodo migliore per la vaccinazione antinfluenzale è da novembre fino all'inizio dell'ondata di influenza. In questo modo è possibile garantire una protezione antinfluenzale sicura durante i mesi più freddi.

Malattie da pneumococco: nella stagione fredda aumenta l'incidenza delle infezioni

Specialmente nei mesi invernali, le malattie infettive ci accompagnano ovunque. Possono essere causate da diversi agenti patogeni, come ad esempio virus e batteri. Mentre alcune sono di breve durata e non hanno un forte impatto sulla nostra salute, altre sono più gravi e comportano un rischio maggiore. Tra queste si annoverano anche le infezioni causate dai cosiddetti pneumococchi, ossia batteri responsabili tra l'altro di polmoniti e malattie invasive.

Secondo i dati dell'Ufficio federale della sanità pubblica, in Svizzera ogni anno si registrano circa 1'000 casi di malattie invasive da pneumococco e circa 100 decessi. Dall'inizio della pandemia di COVID-19, l'incidenza di queste forme gravi è però inferiore. Nella stagione fredda l'incidenza delle infezioni aumenta e l'età è il principale fattore di rischio per un'infezione da pneumococco. Per questo motivo, i lattanti, i bambini piccoli e le persone anziane a partire dai 65 anni di età sono particolarmente a rischio.

La malattia può essere trasmessa tossendo, parlando e starnutendo. Informatevi presso un operatore sanitario qualificato in merito ai provvedimenti che potete prendere per proteggervi dalle infezioni nella stagione fredda.

(Questo testo è stato realizzato con il sostegno finanziario di Pfizer AG, Schärenmoosstrasse 99, 8052 Zurigo) PP-PRV-CHE-0057 settembre 2022

Ulteriori informazioni sul le malattie da pneumococco è disponibile qui:



bag.admin.ch/bag/it/home/krankheiten/krankheiten-im-ueberblick/pneumokokken-erkrankungen.html

Le vaccinazioni offrono una protezione duratura contro le malattie infettive, compreso il fuoco di Sant'Antonio!

Le vaccinazioni possono proteggere non solo dall'influenza, ma anche dal fuoco di Sant'Antonio, causato dal virus della varicella. L'agente scatenante il fuoco di Sant'Antonio rimane latente in oltre il 99% degli adulti dopo un precedente episodio di varicella. Il sistema immunitario protegge l'organismo tenendo sotto controllo il virus. Con l'avanzare dell'età, questa funzione perde efficacia e il virus è quindi libero di riattivarsi e scatenare la malattia, che in Svizzera colpisce ogni anno fino a 30'000 persone.

I sintomi comprendono febbre e stanchezza, seguite da prurito e dolori da brucianti a lancinanti nella regione cutanea dove compare un'eruzione con formazione di vescicole. Nel 30% dei casi il fuoco di Sant'Antonio può causare una nevralgia prolungata dei nervi interessati, detta «post-erpetica», con dolori acuti e profondi. In un malato su cinque la malattia colpisce il volto. Estendendosi agli occhi, ne danneggia i nervi e può causare dolori duraturi o addirittura la perdita della vista.

Le persone più anziane, in particolare i malati cronici o chi assume medicinali immunosoppressori, sono esposte a un maggior rischio di sviluppare il fuoco di Sant'Antonio e dovrebbero chiedere consulenza in merito alla possibilità di una vaccinazione in farmacia.

Maggiori informazioni sul tema del fuoco di Sant'Antonio sono disponibili qui:



1su3.ch

Vaccinazione nella vostra farmacia: siamo lieti di fornirvi una consulenza.

Rivolgetevi al personale specializzato della vostra farmacia. Non esitate a contattarci per qualsiasi informazione in merito alla possibilità di una vaccinazione antinfluenzale. A seconda del cantone la vaccinazione può essere somministrata da noi direttamente in loco o previo appuntamento.

In alcuni cantoni è possibile effettuare in farmacia anche altre vaccinazioni. Oltre a quelle contro il Covid-19, viene infatti offerta la possibilità di sottoporsi alle vaccinazioni contro l'epatite A e B, la difterite, il tetano, la pertosse e la poliomielite. Inoltre, potete verificare il vostro stato vaccinale in loco.

Informazioni esaustive e aggiornate sulle vaccinazioni in farmacia sono disponibili qui:



vaccinazioneinfarmacia.ch



Informazioni esaustive sul tema influenza e raffreddore sono disponibili qui:



[versolaguarigione.ch](https://www.versolaguarigione.ch)

Partecipa
e vinci.

Concorso

Vinca uno dei

**50 buoni spa
in palio**



Scadenza: 30 novembre 2022

GFH

Bündnis Gesundheitsfachhandel
Union commerciale du secteur de la santé
Unione commerciale nel settore sanitario

La vostra farmacia.
La strada diretta verso la guarigione.



GSK

sanofi

Pfizer

Gli sponsor non hanno influito in alcun modo né sono responsabili dei contenuti della campagna.