

WALA PRESSEINFORMATION

Arnika Wundtuch bei Sportverletzungen

Bad Boll/Eckwälden, 20. Juli 2015/SW/EM Bei Sportunfällen sind Erste-Hilfe-Maßnahmen und eine rasche Schmerzlinderung wichtig für den Heilungsprozess. WALA Arnika Wundtuch mit abschwellender und schmerzstillender Arnika-Essenz lindert stumpfe Verletzungen wie Zerrungen, Quetschungen und Blutergüsse. Einzeln verpackt ist es besonders praktisch und auch unterwegs rasch zur Hand.

Sich regen bringt Segen – das Sprichwort klingt altmodisch, doch das Thema ist aktueller denn je. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO)¹ und das US-amerikanische Center of Disease Control and Prevention (CDC) empfehlen: Erwachsene sollen an mindestens fünf Tagen in der Woche dreißig Minuten körperlich so aktiv sein, dass sie dabei ins Schwitzen kommen und eine erhöhte Atemfrequenz haben. In Deutschland scheint diese Botschaft angekommen zu sein – die Sportbeteiligung bei Männern und Frauen hat laut einer Studie in allen Altersgruppen zugenommen². Die Kehrseite der Medaille sind Sportverletzungen, die zu den häufigsten Verletzungen während der Freizeit zählen, so die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. Die Verletzungsgefahr ist vor allem dann erhöht, wenn Regeln, Bewegungsabläufe oder die eigenen Grenzen nicht beachtet werden. Über 60 Prozent der Sportverletzungen sind Verstauchungen, Prellungen, Zerrungen, offene Wunden und Quetschungen³. Die Beine verletzt man sich beim Sport übrigens am häufigsten, gefolgt von Verletzungen an den Armen.

Hilfe aus der Natur bietet die bewährte Arzneipflanze Arnika (*Arnica montana*), die in der traditionellen Heilkunde auch Fallkraut oder Kraftwurz genannt wird. Die Gebirgsblume mit gelber Blüte ist ein wichtiges Wundkraut mit desinfizierender, entzündungshemmender und schmerzstillender Wirkung. Arnika regt die Gewebsregeneration an und wirkt abschwellend. Als Erste-Hilfe-Maßnahme bei stumpfen Verletzungen wie Zerrungen, Prellungen, Quetschungen und Blutergüssen eignen sich Kompressen mit **WALA Arnika Wundtuch**. Einzeln und kleinformig verpackt ist es sofort gebrauchsfähig und damit perfekt geeignet für unterwegs – etwa auf Wanderungen, im Fitness-Studio, beim Klettern oder Mountainbiken, aber auch beim Skifahren oder Kampfsport, bei dem blauen Flecken meist programmiert sind.

¹ <http://www.euro.who.int/en/what-we-do/health-topics/disease-prevention/physical-activity/activities>

² Lampert T et al.: Körperlich-sportliche Aktivität bei Erwachsenen in Deutschland. Ergebnisse der Studie „Gesundheit in Deutschland aktuell 2009“, Bundesgesundheitsblatt 2011, 55:102–110

³ Bundesärztekammer: Verletzungen und deren Folgen – Prävention als ärztliche Aufgabe, 2001, Band 23

WALA Arnika Wundtuch wirkt kühlend und lindert den Schmerz. Je schneller es eingesetzt wird, desto besser ist die Wirkung. Stauungen und Schwellungen gehen zurück und blaue Flecken entstehen oft gar nicht erst. In der praktischen Darreichungsform als hygienisch einzeln abgepacktes Wundtuch ist es sofort gebrauchsfertig und kann jederzeit unterwegs bei Kindern und Erwachsenen zum Einsatz kommen.

Auf einen Blick:

- WALA Arnika Wundtuch eignet sich als erste Hilfe bei stumpfen Verletzungen, z. B. Zerrungen, Quetschungen, Blutergüssen, Verstauchungen und Prellungen.
- WALA Arnika Wundtuch wirkt kühlend, abschwellend und schmerzlindernd.
- Als hygienisch einzeln verpacktes Feuchttuch ist es besonders praktisch für unterwegs.
- WALA Arnika Wundtuch ist auch für Kinder geeignet.

WALA Arzneimittel – Aus der Natur für den Menschen

Aus der Natur für den Menschen – dieser Leitgedanke begleitet die WALA Heilmittel GmbH seit ihrer Gründung im Jahre 1935. Durch die rhythmische Anwendung polarer Qualitäten wie Wärme/Kälte, Dunkelheit/Licht und Ruhe/Bewegung erzeugt sie Präparate, die der Gesundheit dienen. Grundlage dafür bilden Substanzen aus der Natur, die möglichst aus kontrolliert-biologischem oder Demeter-Anbau stammen und unter fairen Bedingungen gewonnen werden. Heute exportiert das Stiftungsunternehmen WALA Arzneimittel, Dr. Hauschka Kosmetik und Dr. Hauschka Med Präparate in 40 Länder. Die WALA beschäftigt rund 800 Mitarbeiter und erzielte 2014 einen Umsatz von rund 129 Millionen Euro.

www.walaarzneimittel.de

Pflichtangaben:

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Arnika Wundtuch

5 Feuchttücher

Wirkstoff: Arnica montana e floribus LA 20%. **Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Anregung der Gewebe- und Organheilung mit besonderer Betonung der Stoffwechselprozesse, z.B. zur Ersten Hilfe bei stumpfen Verletzungen wie Zerrungen, Quetschungen, Blutergüssen. **Warnhinweis:** Enthält 25 Vol.-% Alkohol.