

### REHYDRIERUNG

Austrocknung sollte man nicht auf die leichte Schulter nehmen. Sie kann zu einer Erhöhung der Körpertemperatur, einem Abfall der Leistungsfähigkeit, einer geringeren Durchblutung der Muskeln, Nieren und des Magen-Darm-Trakt führen. Auch das Gehirn wird bei einer Austrocknung in Mitleidenschaft gezogen. Wenn Sie die Symptome missachten, kann das einen Schock, ein Koma oder sogar den Tod zur Folge haben. Zur Austrocknung kommt es oft während und nach körperlicher Aktivität bei hohen Temperaturen. Auch übermäßiges Schwitzen, Erbrechen, Durchfall, Fieber, Brandwunden und die Einnahme bestimmter Arzneimittel können zu Austrocknungserscheinungen führen.

Bei Kleinkindern (bis 2 Jahre), schwangeren Frauen, Menschen, die an einer chronischen Erkrankung leiden, und Älteren ist die Gefahr der Dehydrierung größer. Beachten Sie die Symptome und tragen Sie immer O.R.S. bei sich. Austrocknung kann Symptome wie Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit, Schwächegefühl, Prickeln, erhöhten Puls, kalte Hände und Füße, Muskelkrämpfe und reduzierten Schweißausstoß und Harndrang verursachen. Wenn eines oder mehrere dieser Symptome bei Ihnen auftreten, sollten Sie Ihren Flüssigkeits-, Salz- und Zuckerhaushalt sofort mit O.R.S. von Care Plus ausgleichen. Trinken Sie ausreichend, ruhen Sie sich aus, kühlen Sie Nacken und Stirn mit Eis und suchen Sie schnell medizinische Hilfe.

Was passiert bei einer Austrocknung? Bei Temperaturen ab 25 Grad schwitzen Sie stärker. Sie können pro Stunde mehr als 2 Liter Flüssigkeit und Salze verlieren. Wenn Sie nicht genug trinken, nimmt Ihre Leistungsfähigkeit rapide ab. Sie können bis zu 6 Prozent Ihres Körpergewichts an Flüssigkeit verlieren, bis Sie ausgetrocknet sind. Ihr Blut wird dickflüssiger und Ihr Körper kann Wärme nicht mehr so gut abgeben. Die Durchblutung Ihrer Muskeln, Nieren und Ihres Magen-Darm-Traktes nimmt ab. Außerdem können Sie unter Verwirrung und Bewusstseinsverlust leiden. Verhindern Sie Austrocknung und warten Sie mit dem Trinken nicht, bis Sie Durst haben, denn dann haben Sie bereits zu viel Flüssigkeit verloren! Machen Sie konsequent Trinkpausen und benutzen Sie O.R.S., um Ihren Flüssigkeitshaushalt auszugleichen.

### REHYDRIERUNG

### O.R.S.

Bei großer körperlicher Anstrengung geht viel Feuchtigkeit verloren. Durch die Kombination der richtigen Menge von Salzen und Glukose kann die Aufnahme von Wasser bei körperlichen Anstrengungen gesteigert werden. Ein Glukose-Salzpräparat wie Care Plus® O.R.S. fördert die Aufnahme von Wasser bei körperlicher Anstrengung. Unser Oral Rehydration Salts (O.R.S.) gehört daher in jede Reiseapotheke. O.R.S. ist für Personen jedes Alters geeignet.

### VORTEILE

- Glukose-Salz-Präparat, das bei körperlicher Aktivität für Rehydrierung sorgt
- Frischer Geschmack dank des Zitronen- und Limonenaromas
- Für jedes Alter geeignet

### PRODUKTDATEN

Artikel-Nummer  
31100  
EAN-Code  
8714024311005  
Gewicht in Gramm  
65 gr  
Verpackungsmaße L x B x H  
25 x 85 x 125 mm  
Inhalt (Gramm)  
63.6 gr.  
Inhalt (Zahl der Artikel)  
12 Stück  
Verpackung  
versiegelt  
Bestellumfang (Artikel)  
6

