

NEWSLETTER - << Test WEBSITENAME >>
[<< Test WEBSITEURL >>](#)

Ons maandelijks dossier

Huilt of schreeuwt je kind 's nachts ?



Wees niet ongerust, huilen maakt deel uit van hun ontwikkeling.

Nachtmerries die voorkomen in de REM-fase van de slaap (de droomfase), maken deel uit van de psychische ontwikkeling van kinderen tussen 2 en 6 jaar. Huilen is een uiting van angst: kinderen kunnen niet evalueren dat wat ze beleven wel of niet deel uitmaakt van de werkelijkheid.

[Naar het dossier >>](#)



Het gevaar van lawaai !

Hout zagen met een kettingzaag (105dB), werken in een discotheek of een motorsport beoefenen (90 tot 110 dB)... zijn een paar activiteiten die je gehoor in gevaar brengen indien je oren niet efficiënt beschermd worden. Aarzel dus niet om oordopjes te gebruiken die verschillen volgens de intensiteit van het geluid, van de activiteit en het gebruik: permanent of occasioneel.



Te veel geneesmiddelen voor onze tieners

Of het nu over antibiotica, antiallergische of ontstekingswerende geneesmiddelen gaat, het is een feit dat Belgische tieners te veel medicatie gebruiken. Dat blijkt uit een onderzoek van de Liberale Mutualiteit. Meer dan één tiener (tussen 12 en 18 jaar) op twee zou één geneesmiddel per jaar innemen. Dit gaat enkel over medicatie op voorschrift die terugbetaald wordt, wat betekent dat het niet onwaarschijnlijk is dat het reëel aantal tieners die geneesmiddelen inneemt veel groter is.



Wees slimmer dan een melanoom : laat je onderzoeken !

Het aantal kwaadaardige tumoren stijgt jaarlijks tussen de 5 en 12%, afhankelijk van de soort. Dermatologen spreken hier over een epidemie. Alleen al in België worden er 37.000 nieuwe gevallen per jaar vastgesteld (waaronder 3.000 kwaadaardige melanomen, de ergste vorm van huidkanker). Dit is aanzienlijk, vergeleken met de andere 67 000 kankers die elk jaar in ons land gediagnosticeerd worden. **Niet alleen is huidkanker de meest voorkomende vorm van kanker, het is ook degene die de snelste opmars kent.**

Dr. Véronique del Marmol is formeel: preventie en voorlichting zijn meer dan ooit een must. "Bescherm je huid tegen de zon door een zonnecrème aan te brengen, in de schaduw te blijven en beschermende kledij te dragen. Inspecteer regelmatig je huid om de minste verandering te bespeuren en contacteer in geval van twijfel onmiddellijk je dermatoloog: dit kan je leven redden".

Op de website www.euromelanoma.org kan je alle informatie vinden om tijdig huidkanker te voorkomen en op te sporen.

Meer informatie? Vraag raad aan je vertrouwde apotheker.



Installeer of update de **Apotheek op zak** app vandaag nog ! Zoek je apotheek van wacht, uitgebreide medicatieschema's, bekijk de productfoto's op groot formaat en nog veel meer !



Copyright © 2018 Bitler - IT on a plate, All rights reserved.

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#)