

L473 zwischen Sonnenberg und Wierthe: Ortsrat fordert Tempo 70

Aufgrund von zu schnellem Fahren und geringen Abständen kommt es für Fahrradfahrer häufig zu **gefährlichen Situationen**

Sonnenberg. Immer wieder kommt es auf der Landesstraße 473 zwischen Sonnenberg und Wierthe zu gefährlichen Situationen für Fahrradfahrer. Der Ortsrat Sonnenberg fordert daher bereits seit April 2022 für diese Strecke eine Temporeduzierung auf 70 Stundenkilometer. Bisher leider erfolglos.

Auf dem Abschnitt zwischen Sonnenberg und Wierthe gibt es keinen Radweg. Die Kurvensituation zwischen der Eisenbahnbrücke und dem Ortseingangsschild Wierthe sorgt für eine mangelhafte Übersichtlichkeit für alle Verkehrsteilnehmer und stellt nach Ansicht des Ortsrates eine besondere Gefahrenlage dar, nicht nur für Radfahrer.

Aus Sonnenberg wird speziell von Eltern, die ihre Kinder mit dem Fahrrad zur Kita nach Wierthe bringen, und auch von denjenigen, die mit dem Rad zum Sport in Richtung Turnsall

fahren, regelmäßig von Beinahe-Unfällen mit Fahrzeugen berichtet. Unangepasste Geschwindigkeiten und zu geringe Abstände beim Überholvorgang sind hier aus Sicht der Betroffenen ursächlich. Aber auch für Autofahrer kommt es aufgrund des ein- und ausbiegenden Verkehrs im Bereich der ehemaligen Zuckerfabrik und anderen Zuwegungen von Land- und Forstwirtschaft in diesem Streckenabschnitt immer wieder zu gefährlichen Verkehrssituationen. Zu einem Ortstermin trafen sich Vertreter des Orts- und Gemeinderates mit den CDU-Landtagsabgeordneten Christoph Plett und Oliver Schatta. Beide wollen den Sonnenberger Antrag unterstützen und sich bei der Niedersächsischen Behörde für Straßenbau und Verkehr in Wolfenbüttel für die Temporeduzierung auf 70 km/h zwischen Sonnenberg und Wierthe einsetzen.

RED



Hier soll das Tempo gedrosselt werden: Ortstermin an der L473 mit (v.l.) Thomas Schellhorn, Carsten Lauenstein, Christoph Plett, Oliver Schatta, Katrin Voßhagen und Michael Cramer.

FOTO: PRIVAT

Was tun bei brüchigen Nägeln?

Oft liegt die Antwort in der Nährstoffversorgung!



Gerade jetzt in der kalten Jahreszeit sind brüchige Nägel ein Thema, das viele Betroffene beschäftigt.

Der Wechsel zwischen kalten Außen- und warmen Innentemperaturen macht den Nägeln zu schaffen. Sie trocknen aus, werden spröde und brechen ab. Hinzu kommt, dass die Kälte auch ihr Wachstum verlangsamt, wodurch die Nägel noch länger für die Regeneration brauchen. Wie kann man den noch gegensteuern?

Alltagstipps gegen brüchige Nägel

So simpel es klingt: Handschuhe zu tragen, kann helfen, die

Nägel zu schützen – und zwar sowohl vor der eisigen Kälte im Freien als auch beim Putzen im Haushalt. Schließlich können neben den oben genannten Temperaturunterschieden auch austrocknende Substanzen wie Putzmittel bzw. sogar Desinfektionsmittel den Nägeln zusetzen. Ein weiterer Tipp ist, Nagellacke zu nutzen, die sich ohne Lösungsmittelhaltige Nagellackentferner wieder abbekommen lassen. Denn solche Nagellackentferner entziehen den Nägeln wertvolle Feuchtigkeit und diese werden spröde.

Keine Empfehlung kann hingegen für sogenannte Nagelöle ausgesprochen werden: Im Gegensatz zur weitverbrei-

teten Meinung können diese nicht in den Nagel eindringen und ihn somit auch nicht regenerieren.

Problemzone:

Nährstoff-Haushalt

Wer sich mit dem Thema auseinander setzt, stößt auch immer wieder auf die Behauptung, dass ein Mangel an Vitaminen und anderen Mikronährstoffen für die brüchigen Nägel verantwortlich sein kann bzw. das Problem noch verstärkt. Tatsächlich ist es so, dass bei einem Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt zufriedenstellende Ergebnisse ausbleiben – ganz egal wie intensiv man die Nägel von außen pflegt. Auch Experten sind sich einig:

Die Zufuhr der richtigen Nährstoffe ist eine der erfolgversprechendsten Optionen bei brüchigen Nägeln. Diese gelangen über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln, wo Zellteilung und Regeneration stattfinden. Sie unterstützen somit genau dort, wo es am effektivsten ist. Doch welche Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sollte man nun konkret einnehmen?

Qual der Wahl

Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle und vor allem wirksame Nahrungsergänzung ist für Betroffene nicht immer einfach. Schließlich ist die Auswahl riesig und nur die Wenigsten können sagen, ob die enthaltenen Inhaltsstoffe tatsächlich den gewünschten Effekt herbeiführen. Umso vertrauenswürdigender ist es da, wenn Pharmazeuten eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen. So empfiehlt 2 von 3 der österreichischen Apotheker Dr. Böhm® Haut Haare Nägel.* Es enthält eine ausgewogene Zusammensetzung essenzieller Nährstoffe für ein gesundes Nagelwachstum; darunter etwa

- **Silizium** (aus Goldhirse und Kieselerde) als wichtiger Bestandteil fester Nägel. Das Spurenelement trägt auch zur Elastizität bei, was gerade bei spröden Nägeln wichtig ist.

- **Natürlicher Schwefel** (oft als „MSM“ abgekürzt) befindet sich von Natur aus im Körper und ist ein Strukturelement der Nägel. Steht nicht ausreichend davon zur Verfügung, werden sie brüchig.

- **Biotin** zur Erhöhung des Kera-tin-Anteils im Körper, der ebenfalls die Nägel festigt.



„Ich habe schon viel ausprobiert, da meine Fingernägel immer abspalten und sich regelrecht abgeblättert haben. Endlich wachsen sie normal und sind richtig kräftig geworden.“

Johanna S. (42)**

Seit Kurzem sind die Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Filmtabletten nun auch in Deutschlands Apotheken erhältlich und begeistern schon über hunderttausend Anwender dank spür- und sichtbarer Ergebnisse.

Geduld zahlt sich aus

Da die Nägel mehrere Monate Zeit benötigen, um sich vollständig zu erneuern, sollten die Mikronährstoffe zumindest über 8–12 Wochen hinweg eingenommen werden, um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 10/2023. ** Name und Alter geändert

Jetzt sparen!
2+1 GRATIS



3-MONATS-KUR

3 Packungen (à 60 Stk.) zum Preis von 2 Packungen.

Gültig solange der Vorrat reicht.

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur
Für Ihren Apotheker. 180 Stk. PZN 18851135