

Was halten Sie von einer allgemeinen Dienstpflicht?

Machen Sie mit bei unserer **Umfrage** und sichern Sie sich die Chance auf einen 50-Euro-Gutschein von Media Markt

Peiner Land. In der Debatte um die Wiedereinführung der Wehrpflicht in Deutschland hat sich CDU-Landeschef Sebastian Lechner für eine Lösung ausgesprochen, die auch Frauen einbezieht. „Ich wäre dafür, wir müssten alle“, sagt der CDU-Politiker. „Es ist das Ziel, dass wir zu einer allgemeinen Dienstpflicht kommen, also für Frauen als auch Männer.“ Man wolle mit einer sogenannten Kontingentwehrpflicht für Männer starten und diese dann nach und nach ausbauen. Dafür sei eine Grundgesetzänderung nötig.

Am Ende soll aber nicht eine Wehrpflicht wie früher stehen, sondern ein allgemeines Gesellschaftsjahr. Dann könnten alle selbst entscheiden, wo sie ihren Dienst ableisten. Das könne dann also nicht nur bei der Bundeswehr, sondern zum Beispiel auch beim THW oder im zivildienstlichen Bereich passieren, so Lechner.



Niedersachsen, Hannover, Feldjägertag 2022 in der Hauptfeldwebel-Lagenstein-Kaserne Hannover, Feldjäger, Symbolfoto Frauen bei der Bundeswehr, Bundeswehr. FOTO: RAINER DROESE

So nehmen Sie an der Verlosung teil:

Wir würden gerne von Ihnen wissen: Was halten Sie von einer

allgemeinen Dienstpflicht? Nehmen Sie an unserer Umfrage teil und gewinnen Sie einen 50-Euro-Gutschein von Media

Markt.

Was Sie dafür tun müssen? Hinterlassen Sie auf unserer Online-Gewinnspielseite einfach

Ihre Kontaktdaten. Mit ein bisschen Glück wird Ihr Name gezogen. Viel Glück!

Auswertung der Umfrage der vergangenen Woche:

In der vergangenen Woche wollten wir von Ihnen wissen, wie viel Sie für Kaffee ausgeben würden:

- 80,8% der Teilnehmer würden bis 4 Euro für einen Kaffee ausgeben
- 10,1% würden auch 6 Euro bezahlen
- 1,8% der Teilnehmer würden bis zu 8 Euro für einen Kaffee ausgeben
- 7,3% sogar 9 Euro und mehr



Direkt zur Umfrage: Einfach den QR-Code mit dem Handy scannen.

ANZEIGE

Dünnes Haar: Das Problem an der Wurzel packen!

Wenn teure Pflegeprodukte versagen, findet sich die Ursache für dünnes Haar oft im Nährstoff-Haushalt.

Bis zu 100 Haare verlieren wir pro Tag. Das ist normal und gehört zum natürlichen Erneuerungsprozess der Haare. Problematisch wird es allerdings dann, wenn anschließend weniger oder dünnere Haare nachwachsen.

Die Wurzel des Übels

Wie kräftig und voll sich die Haare entwickeln, hängt in der Regel vom Organismus unter der Kopfhaut ab – vor allem von den Haarwurzeln. Diese bilden die Grundlage für gesundes Haarwachstum. Dies erklärt auch, warum viele Anwender mit rein äußerlichen Pflegeprodukten beim Versuch scheitern, volleres Haar zu bekommen. Die Haarwurzel selbst kann

man sich wie eine Fabrik vorstellen, die laufend neue Haare produziert. Wie auch bei einer echten Fabrik gilt: Nur mit guten Rohstoffen kommt auch ein gutes Produkt heraus. Deshalb ist es wichtig, die Haarwurzel mit den bestmöglichen Nährstoffen zu versorgen.

Durch Studien bestätigt

Allen voran ist hier der Nährstoff Silizium zu nennen. Dieser ist in hoher Konzentration vor allem in der heimischen Goldhirse sowie in Kieselerde zu finden. Eine Studie zeigt: Nach mehrwöchiger Einnahme von Silizium erhöhte sich die Reißfestigkeit der Haare deutlich.¹ Warum das so ist? Silizium

arbeitet im Körper wie ein Feuchtigkeitsspeicher, wodurch es zu mehr Elastizität und Spannkraft beiträgt – so auch bei den Haaren. Dadurch werden diese weniger schnell brüchig und gehen nicht so leicht aus. Das wiederum wirkt sich positiv auf das Haarvolumen aus. Besonders hilfreich ist Silizium für Frauen während oder nach den Wechseljahren. Denn durch den sinkenden Östrogenspiegel wird die Feuchtigkeitsversorgung der Haarwurzeln ohnehin bereits reduziert. Ebenfalls wichtig ist MSM (organischer Schwefel) als Strukturbestandteil von Keratin, Elastin und Kollagen – jenen Stoffen, aus

denen in der „Haarfabrik“ die neuen Haare produziert werden. Ein weiterer Pluspunkt: Auch die Nägel profitieren davon. Andere unterstützende Nährstoffe sind etwa Biotin oder Selen, dessen Mangel zu Haarausfall führen kann.

Was Apotheker empfehlen

In dieser Kombination vereint finden sich diese Inhaltsstoffe aktuell nur in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten in der Apotheke. Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel sicher gerne für Sie.

¹Barel A et al. Effect of oral intake of choline-stabilized orthosilicic acid on skin, nails and hair in women with photodamaged skin. Arch Dermatol Res 2005; 297 (4): 147-53.

TIPP DER WOCHE



Nur für kurze Zeit gibt es Dr. Böhm® Haut Haare Nägel jetzt im **Vorteils-Set** mit einer Tube Lasepton® Fußcreme in Originalgröße. Erhältlich in Ihrer Apotheke und nur solange der Vorrat reicht.

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Set inklusive Gratis-Fußcreme
PZN: 19236426