

Gestresste Mütter vor dem Burn-Out?

(Frankfurt, 29.04.2010 -hf-) Während das Burn-Out-Phänomen in aller Munde ist, denken die wenigsten Frauen bei übergroßer Müdigkeit, mangelnder Antriebskraft und zunehmenden Konzentrationsschwierigkeiten an einen erhöhten Eisenbedarf. Die Vielfachbelastung durch Beruf, Haushalt, Kinder und Ehe bietet zumeist genügend Gründe für das Gefühl der Antriebslosigkeit. Zumeist Frauen und vor allem Mütter verwenden oft ein Übermaß an Anstrengung darauf, ihren Pflichten auch dann noch zu genügen, wenn die Energie dazu eigentlich fehlt. Sie kümmern sich um alles – außer sich selbst.

Im Leben einer Frau kommt es nicht nur in der Schwangerschaft häufig zu einer Unterversorgung mit Eisen. Bedingt durch die Regelblutungen und Ernährungsgewohnheiten kann erhöhter Eisenbedarf entstehen, der bei unzureichendem Ausgleich leicht zu einem Nährstoffdefizit führt. Nicht erkannter, erhöhter Eisenbedarf mindert die Lebensqualität massiv, ist jedoch mit verschiedenen Präparaten mit Eisen, wie beispielsweise Floradix, gut abzudecken.

So will das Pharmaunternehmen Salus Frauen zu den Auswirkungen einer Unterversorgung mit Eisen informieren, auch auf sich selbst zu achten und die eigenen Kraftreserven rechtzeitig wieder aufzufüllen.