

# +++ MEDIZIN-TELEGRAMM +++

Lasea

## Wege aus der Angst in unruhigen Zeiten

**5. Februar 2021 – Die Corona-Pandemie prägt seit Monaten den Alltag. Angst ist allgegenwärtig – sei es vor Ansteckung<sup>1</sup>, Jobverlust<sup>2</sup> oder Einsamkeit<sup>3</sup>. Existenznöte und Ungewissheit, wie alles weitergehen wird, treibt die Menschen um. Stress und Sorgen führen zu innerer Unruhe und schlechtem Schlaf. Dabei ist innere Ruhe gerade in turbulenten Zeiten wichtig.**

Am Anfang der Pandemie dominierte die Angst vor Ansteckung. Dann machten sich absoluter Stress und schlaflose Nächte breit, weil sich alles geändert hat. Homeoffice, Homeschooling und ein Leben auf engstem Raum bringt Familien mit Kindern häufig an die Kapazitätsgrenze. Alleinstehende hingegen sind von Einsamkeit und Sorgen geplagt. Hinzu kommen finanzielle Sorgen aufgrund von Kurzarbeit und Ängste um den eigenen Job.<sup>4</sup> Innere Unruhe und schlaflose Nächte werden zum Begleiter.

Dies zeigt, dass tägliche Berichte über Infektions- und Todeszahlen nur einen Teil der Wirklichkeit widerspiegeln. Wie es um die psychische Verfassung der Deutschen bestellt ist, zeigen nun die Ergebnisse einer brandaktuellen repräsentativen Umfrage des Meinungsforschungsinstituts Forsa<sup>5</sup>: Während sich Anfang 2020 – also vor Corona – noch rund jeder Fünfte (22 Prozent) in hohem Maße gestresst fühlte, war es Anfang Dezember jeder Dritte (33 Prozent). Betroffen sind vor allem jüngere Menschen, Berufstätige und Befragte mit Kindern. Zudem steigen die Sorgen in der Bevölkerung. Die Folge ist, dass auch die Schlafqualität leidet und die Lebensfreude der Menschen weiter und weiter sinkt.

### Mit natürlicher Unterstützung zur Ruhe kommen

Eine sanfte Unterstützung, um auch in Krisenzeiten innerlich zur Ruhe zu kommen, bietet Lasea®. Das pflanzliche Arzneimittel enthält hochkonzentriertes Arzneilavendelöl, das innere Unruhe und Angstgefühle lindert und Betroffene so auch dabei unterstützt, wieder erholsam zu schlafen. Besonders ist: Im Gegensatz zu vielen chemisch-synthetischen, aber auch manchen pflanzlichen Beruhigungs- und Schlafmitteln, macht das Präparat tagsüber nicht müde und beeinträchtigt außerdem weder das Konzentrationsvermögen noch die Fahrtüchtigkeit.<sup>6</sup> Ein aktiver Lebensstil ist daher weiterhin möglich.

#### Quelle:

- <sup>1</sup> Statista: Wie groß ist Ihre Sorge, dass Sie selbst oder Mitglieder Ihrer Familie sich mit dem Corona-Virus anstecken? <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1096524/umfrage/umfrage-zur-angst-vor-ansteckung-mit-dem-coronavirus-in-deutschland/> (aufgerufen am 12.01.2021)
- <sup>2</sup> Angst vor Arbeitslosigkeit steigt deutlich: <https://www.spiegel.de/wirtschaft/soziales/corona-krise-angst-vor-jobverlust-steigt-deutlich-spiegel-umfrage-a-3800fe4c-db58-4c49-96a8-ff4c060c8817> (aufgerufen am 12.01.2021)
- <sup>3</sup> Noch nie war Angst so groß: Einsamkeit wird zum großen Corona-Problem: [https://www.focus.de/politik/deutschland/besonders-junge-generation-sorgt-sich-noch-nie-war-angst-so-gross-einsamkeit-wird-zum-grossen-corona-problem\\_id\\_12701177.html](https://www.focus.de/politik/deutschland/besonders-junge-generation-sorgt-sich-noch-nie-war-angst-so-gross-einsamkeit-wird-zum-grossen-corona-problem_id_12701177.html) (aufgerufen am 12.01.2021)
- <sup>4</sup> Angst vor Arbeitslosigkeit steigt deutlich: <https://www.spiegel.de/wirtschaft/soziales/corona-krise-angst-vor-jobverlust-steigt-deutlich-spiegel-umfrage-a-3800fe4c-db58-4c49-96a8-ff4c060c8817> (aufgerufen am 12.01.2021)
- <sup>5</sup> Im Auftrag von Dr. Willmar Schwabe von Forsa durchgeführte repräsentative, telefonische Umfrage unter 1.000 Bürgern ab 18 Jahren
- <sup>6</sup> Möller HJ et al. (2020); Silexan does not affect driving performance after single and multiple dose applications: Results from a double-blind, placebo and reference-controlled study in healthy volunteers. J Psychiatr Res. Epub ahead of print.

+++ MEDIZIN-TELEGRAMM +++