

Kreatin - der „Muskelenergator“

Zu den potenziell leistungsfördernden Nährstoffen, die für Sportler interessant sind, gehört das Kreatin. In Form von Kreatinphosphat dient Kreatin dem Muskel bei kurzzeitiger maximaler Belastung, z. B. beim Sprint, als schnell verfügbare Energiequelle. Der normale Bedarf gesunder Personen wird etwa zur einen Hälfte vom eigenen Körper produziert und zur anderen Hälfte mit der Nahrung zugeführt. Wann eine Substitution sinnvoll ist und was bei der Einnahme zu beachten ist, erfahren Sie in diesem Beitrag. → 51

Beratung bei Erkältungskrankheiten

Die Beratung von Patienten mit Erkältungen ist ein alltägliches Geschäft in Apotheken. Aber nicht jede Erkrankung der oberen Luftwege ist ein banaler Infekt, es kommt häufig vor, dass Patienten mit schwerwiegenden Krankheiten wie einer Virusgrippe zuerst in die Apotheke kommen, bevor sie einen Arzt aufsuchen. Orientierung für solche Beratungsfälle zu bieten, war das zentrale Anliegen des diesjährigen Herbstkongresses der Apothekerkammer Schleswig-Holstein am 17. und 18. November im Ostseebad Damp. → 61

Wie viele Appetitzügler werden eingenommen?

Für viele Übergewichtige scheint der Griff zum Appetitzügler als die weniger anstrengende Alternative zur Änderung der Lebensweise zu sein. Doch auch frei verkäufliche Appetitzügler können unerwünschte Wirkungen haben. Eine randomisierte Umfrage untersuchte, in welchem Ausmaß amerikanische Bürger nicht verschreibungspflichtige Mittel zur Gewichtsreduktion einnehmen. → 42

Ohne zusätzlichen Ballast durch den Advent

Es ist möglich, die Adventszeit mit all ihren schönen Facetten zu genießen und trotzdem ohne gesundheitliche Schäden bzw. zusätzliche Pfunde in das neue Jahr zu rutschen. Birgit Junghans, Oecotrophologin vom Deutschen Institut für Ernährungsmedizin und Diätetik (D.I.E.T.), hat sich mit dem Thema beschäftigt und versucht, Alternativen und Empfehlungen für eine „genüssliche“ Weihnachtszeit ohne Spätfolgen aufzuzeigen. → 75

→ Die Seite 3

3

→ Prisma

Wirkstoffe aus der Mülltonne • Hitzeschockproteine bei Typ-I-Diabetes wirksam • Trockene Nasenschleimhaut: Sesamöl als Alternative zur Salzlösung • Die Haut hat Stress im Winter

→ Wichtige Mitteilungen

10

Die Arzneimittelkommission der Deutschen Apotheker informiert

→ Arzneimittel-Info

15

Pharmahersteller informieren

→ Cartoon

18

→ DAZ aktuell

19

DAZ-Umfrage: Immer Ärger mit Importen	19
ABDA-Villa: Wer war dafür?	22
Krankenkassenabschlag und Rabatte: Kein aut idem (Gastkommentar)	23
Auseinandersetzung um aut idem: 900 Mio. Mark-Zahlung, damit aut idem nicht kommt	25
Internetversand: Bundesversicherungsamt duldet keine Verstöße der Kassen	26
Generika-Industrie: Deutsche Unternehmen auf einem guten Weg nach Europa	29
10. Suchtmedizinischer Kongress: Abstinenzdogma fällt	32
KBV geht in die Offensive: Patienten und Ärzte stellen Chroniker-Programme vor	34
Studie zum Patientenverhalten: Zwei Drittel der Patienten gehen direkt zum Facharzt	36
Phoenix Pharmazie-Wissenschaftspreis 2001: Vier Wissenschaftlergruppen für innovative Arbeiten ausgezeichnet	39

→ Arzneimittel und Therapie

42

Gewichtsreduktion: Wie viele Appetitzügler werden eingenommen?	42
Insulin-Sensitizer: Glitazone schützen das Herz	44
Calciumantagonist: Nisoldipin verbessert Endothelfunktion	45
Mammakarzinom: Kombination von Capecitabin mit Docetaxel verbessert Lebenserwartung bei fortgeschrittenem Brustkrebs	46
Herzstillstand: Amiodaron wirksamer als Lidocain	46
Transdermale Kontrazeption: Verhütungs-Pflaster in den USA zugelassen	48
Citalopram auch zur Therapie der Panikstörung zugelassen	48
Multiple Sklerose: Hippotherapie bessert Bauchbeschwerden	49