



Editorial

Auf einem gemeinsamen Spaziergang vertraute mir eine Freundin vor kurzem an: »Seit meiner Unterleibsoperation habe ich große Probleme. Ich spüre nicht mehr rechtzeitig, wenn meine Blase gefüllt ist und ich zur Toilette gehen müsste.« Sie schilderte auch ihre Verunsicherung und die Hemmungen, über dieses Thema mit einer anderen, fremden Person zu sprechen. Sogar beim Arzt falle es ihr schwer. Wir unterhielten uns dann ausführlich über die angebotenen Hilfsmittel und die Therapiemöglichkeiten.

Als ich anschließend über unser Gespräch nachdachte, wurde mir eine Tatsache ganz deutlich: Hätte uns ein Dritter zuhören können, hätte sie mich nie um Rat gefragt. In den meisten Apotheken ist das allerdings die Regel. Zwar gibt es Beratungsecken, aber die eigentliche Hürde ist das Ansprechen dieses Tabuthemas. Wie kann dies in der Offizin gelingen?

Eine gute Idee verwirklichte ein engagierter Apotheker, der mit seinen Angestellten regelmäßige Aktionen plante. Nachdem sich alle für das Thema »Inkontinenz« entschieden hatten, musste die Frage geklärt werden, wie die Barriere dieses tabuisierten Problems am leichtesten zu überbrücken sei. Das Ergebnis der Besprechung war das Aufstellen eines Tisches mitten im Verkaufsraum, auf dem sich eine große Auswahl an Slipeinlagen, Windelhosen und Bett-einlagen stapelte. Der Effekt überraschte alle: Die Präsentation der Hilfsmittel nahm vielen Kunden die Scheu vor dem Tabuthema. Aufmerksam gemacht durch die Schaufenstergestaltung betraten sie die Apotheke und prüften die Qualität der einzelnen Firmenmuster. So kam es ganz ungezwungen zu einem Beratungsgespräch. Mit dem erforderlichen Fingerspitzengefühl gaben die Apothekenmitarbeiter



Auskunft und die Kunden wählten das passende Produkt aus. Zahlreiche wichtige Informationen über die Hilfsmittel und die Pharmakotherapie bei Inkontinenz hat Apothekerin Dr. Ursula Sellerberg im Titelbeitrag für Sie zusammengestellt.

Viele ältere Patienten möchten zusätzlich zum verordneten Arzneimittel ihrem geschwächten Herzen noch etwas Gutes tun. Daher fragen sie unter anderem auch nach der Wirkung von Phytopharmaka. Welchen Patienten Sie Präparate mit Weißdorn-extrakt empfehlen können, lesen Sie im Beitrag von Apothekerin Monika Schulte-Löbber.

Weitere für Ihr Beratungsgespräch wichtige Themen dieser Ausgabe sind die Möglichkeiten und Grenzen der Selbstmedikation bei Konjunktivitis, die sinnvolle Ernährung in der Schwangerschaft und der erste Teil der neuen Serie über Mineralstoffe und Spurenelemente.

Viel Freude bei der Lektüre wünscht

Annette van Gessel
Apothekerin für theoretische und praktische Ausbildung

Inhalt

NEWS	4
TITELTHEMA	
INKONTINENZ	
Die schwache Blase stärken	6
WEISSDORN	
Pflanzenkraft für schwache Herzen	10
PC-RECHERCHE	
Fettstoffwechsel im Internet	14
SELBSTMEDIKATION	
Gerötete Augen durch Viren und Wind	16
ERNÄHRUNG IN DER SCHWANGERSCHAFT	
Statt viel vielfältig essen	20
WÄRMETHERAPIE	
Thermoaufgabe gegen Rückenschmerzen	22
APOTHEKENALLTAG	
Richtig beraten bei Makroliden	24
AYURVEDA	
Das Wissen vom gesunden Leben ...	26
AUS PTA-SCHULEN	
Grundausbildung im neuen Reinraum	29
MINERALSTOFFE UND SPURENELEMENTE	
Kleine Dosis mit großer Wirkung ..	30
PTA-QUIZ	34
NEURODERMITIS-FORTBILDUNG	
Hautpflege fördert Symptomfreiheit	35
WEITERBILDUNG	
Fach-PTA für das Krankenhaus	35
MARKTKOMPASS	36
TERMINE	37
IMPRESSUM	38