



Editorial

»Hoffentlich kann ich meine Elf in der geplanten Besetzung aufstellen!« So sorgen sich alle Fußballtrainer, deren Mannschaften an der Europameisterschaft teilnehmen. Um einen möglichst guten Platz zu erreichen, darf kein Teammitglied ausfallen. Doch auch die besttrainierten Profis sind vor Verletzungen nicht sicher. Ganz egal, wie gut ihre Kondition ist und wie gut sie sich auf die sportliche Leistung vorbereitet haben, vor einem Unfall oder einem unfairen Angriff eines Spielers der gegnerischen Mannschaft kann sich niemand schützen. Vor allem der harte Zweikampf führt regelmäßig zu schweren Verletzungen. Dann hilft nur eins: schnelle, richtige Versorgung! Denn je eher die Behandlung erfolgt, desto kürzer der Heilungsprozess.

Apothekerin Elke Wolf hat im Titelbeitrag für Sie zusammengestellt, welche Maßnahmen sich am besten eignen. Lesen Sie, was Sie Ihren Kunden raten können, wenn diese nach Salben und Verbandmaterial für die Sporttasche fragen.

Doch egal ob Profi oder Freizeitaktiver, für alle Sportler gilt die Aussage: Vorbeugen ist besser, als heilen. Leider beherzigen nur wenige diesen Grundsatz. Inline-Skater tragen beispielsweise selten die komplette Schutzausrüstung aus Helm, Ellenbogen-, Hand- und Knieprotektoren. Nutzen Sie die Gelegenheit, im Gespräch über die geeigneten Arzneimittel zur Behandlung von Sportverletzungen auf die Prävention hinzuweisen.

Bevor die Kartoffel in Europa ihren Siegeszug als Grundnahrungsmittel antrat, waren Mahlzeiten aus Buchweizensamen in Form von Brei, Grütze oder Graupen ein wichtiger Bestandteil der Ernährung, vor allem ärmerer Bevölkerungsschichten. Heute sind diese Zeiten lange vorbei, und der Buchweizen hat eine Karriere als Arzneipflanze angetreten. Aktuell enthält nur die Britische Pharmakopoe der Pflanzen eine Monographie mit der Bezeichnung »Fagopyri herba«. Doch



die Kommission des Europäischen Arzneibuchs veröffentlichte bereits einen Monographie-Entwurf für Buchweizenkraut, zu dem die einzelnen Mitgliedstaaten Stellung nehmen sollen. Klinische Studien haben gezeigt, dass die enthaltenen Flavonoide, vor allem das Rutin, die Gefäße schützen und einer Arteriosklerose vorbeugen. Buchweizenpräparate eignen sich zur unterstützenden Behandlung der chronisch venösen Insuffizienz der beiden ersten Stadien.

Menschen, die an Lupus erythematoses erkrankt sind, müssen ihre gesamten Lebensgewohnheiten ändern. Ihnen schadet jegliche Sonneneinstrahlung, sogar durch die Fenster, ebenso wie Neon- oder Halogenbeleuchtung. Bis heute ist unklar, welche Faktoren die Erkrankung auslösen. Die Therapiekonzepte richten sich gegen die überschießende Aktivität des Immunsystems. Ellen Deller informiert in ihrem Beitrag über den derzeitigen Kenntnisstand und interviewte eine Patientin.

Viel Freude bei der Lektüre wünscht

Annette van Gessel
Apothekerin für theoretische und praktische Ausbildung

Inhalt

NEWS	4
TITELTHEMA	
SPORTVERLETZUNGEN	
Rasche Hilfe für Pechvögel	6
APOTHEKENALLTAG	
Richtig beraten bei Ciprofloxacin.....	10
BUCHWEIZEN	
Knöterichkraut schützt die Gefäße.....	11
LUPUS ERYTHEMATODES	
Wenn die Sonne das Leben zur Qual macht	14
INTERVIEW	
Diagnose Lupus erythematoses.....	16
SELEN, CHROM UND ZINK	
Als Bestandteile der Enzyme unverzichtbar	18
PTA IM BERUF	
Karriere am Computer	20
SCHWANGERSCHAFTSDIABETES	
Jede zweite Zuckerkrankte unerkannt.....	22
PTA-QUIZ	24
VERGIFTUNGEN	
Gefahren in Haus und Garten	25
PTA-GEWINNSPIEL	
Lückentext ausfüllen und gewinnen	28
MARKTKOMPASS	28
TERMINE	30
IMPRESSUM	30