



## Editorial

Junge Mütter freuen sich, wenn Freunde und Bekannte die dicken rosigen Bäckchen und Ärmchen ihres Säuglings »süß« und »goldig« finden. Jeder deutet sie als Zeichen, dass es dem Kind an nichts fehlt. Erst wenn sich der Nachwuchs später beim Turnen und Klettern ungeschickt verhält und durch Unbeweglichkeit auffällt, zweifeln die Mütter dicker Kinder möglicherweise zum ersten Mal, ob sie ihr Kind richtig ernähren. Nur allzu häufig beruhigen sie ihr schlechtes Gewissen relativ rasch: Nach einem kritischen Blick auf die Mitschüler und Freunde trösten sich die meisten Eltern damit, dass ihr Kind im Vergleich mit den anderen gut abschneidet und noch lange nicht das dickste ist. Doch wenn Übergewicht zur Norm wird, wer soll dann noch als Maßstab gelten?

Dass zu viele Pfunde nicht nur ein individuelles Problem sind, sondern langfristig auch die Gesundheitssysteme der westlichen Industrieländer überfordern, verdeutlichen regelmäßig die Schlagzeilen der Zeitungen: Deutschland verfettet! Junge Dicke werden vor den Eltern sterben! Immer mehr übergewichtige Kinder entwickeln einen Typ-2-Diabetes! Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) spricht sogar von einer Epidemie. Mittlerweile beläuft sich die Zahl der Übergewichtigen weltweit auf circa eine Milliarde. Auch Deutschland ist von der »Seuche« betroffen. Etwa 71 Milliarden Euro gäben die deutschen Krankenkassen jährlich für ernährungsbedingte Krankheiten aus, zitierte neulich Bundesverbraucherministerin Renate Künast aktuelle Zahlen der WHO. Zwischen 25 und 30 Prozent dieser Kosten wären durch das Umsetzen geeigneter Präventionsprogramme vermeidbar. Schon kleine Änderungen des Lebensstils, vor allem der Ernährungsgewohnheiten, und mehr Bewegung können das gesundheitliche Risiko deutlich reduzieren. Übergewicht ist einer der vier Faktoren



des so genannten metabolischen Syndroms, die anderen drei sind erhöhte Blutfette, Bluthochdruck und erhöhter Blutzucker. Mit der Zahl der Übergewichtigen steigt auch die Zahl der Typ-2-Diabetiker. In Deutschland sind etwa fünf Millionen Bundesbürger betroffen, und die Dunkelziffer soll zusätzlich eine Million betragen. Diabetes mellitus wird inzwischen als Volkskrankheit Nummer eins angesehen.

Durch Blutzuckermessaktionen können PTA und Apotheker dazu beitragen, noch unerkannte Diabetiker frühzeitig zu entdecken. Ein attraktiv dekoriertes Schaufenster kann als Blickfang die Passanten auf die Aktion aufmerksam machen. Jeden Kunden, der in der Apotheke seine Blutwerte messen lässt, sollten Sie für das Thema Diabetes sensibilisieren und auf Folgeerkrankungen ansprechen. Im Titelbeitrag dieses PTA-Forums gibt Apothekerin Dr. Antje May-Manke wertvolle Tipps, die Ihnen das Gespräch mit dem Kunden erleichtern.

Viel Freude bei der Lektüre dieser Ausgabe wünscht

Annette van Gessel  
Apothekerin für theoretische und praktische Ausbildung

## Inhalt

<b>NEWS</b> .....	<b>4</b>
<b>TITELTHEMA</b>	
<b>TYP-2-DIABETES</b>	
Gesundheits-Check in der Apotheke	<b>6</b>
<b>PC-RECHERCHE</b>	
Säuglingsernährung im Netz.....	<b>10</b>
<b>BERUFSPOLITIK</b>	
Unverändert hohe Arbeitslosigkeit	<b>11</b>
<b>SELBSTMEDIKATION</b>	
Ohrenschmerzen richtig behandeln.....	<b>12</b>
Wie Warzen wieder schwinden.....	<b>14</b>
<b>KOBALT UND NICKEL</b>	
Zwei verwandte Spurenelemente....	<b>17</b>
<b>RHEUMA</b>	
Fisch und Öle lindern Entzündung	<b>20</b>
<b>GINKGO BILOBA</b>	
Energieschub fürs Gehirn.....	<b>22</b>
<b>SCHWARZER UND GRÜNER TEE</b>	
Gesunder Genuss.....	<b>24</b>
<b>NEUE IMPFEMPFEHLUNGEN</b>	
Windpocken nicht verharmlosen....	<b>28</b>
<b>ZEITGEIST</b>	
Schnelligkeit macht dick.....	<b>32</b>
<b>PTA-QUIZ</b> .....	<b>34</b>
<b>MEDIZINGESCHICHTE</b>	
Klosterheilkunde und die Benediktinermönche.....	<b>35</b>
<b>KLOSTERGARTEN</b>	
Heilkräuter der Mönche.....	<b>37</b>
<b>AUS PTA-SCHULEN</b>	
Zu Besuch beim Großhandel.....	<b>38</b>
MARKTKOMPASS.....	<b>40</b>
TERMINE.....	<b>43</b>
IMPRESSUM.....	<b>45</b>