

»Endlich ist Schluss mit den Muss-Ehen.« »Ich bin begeistert, jetzt brauche ich nicht mehr ständig Angst davor zu haben, schwanger zu werden.« So oder ähnlich haben sicher viele Frauen reagiert, als 1961 die erste Antibabypille auf den deutschen Markt kam. Kurz darauf ließen sich bereits 15-Jährige von ihren Frauenärzten die Pille verordnen. Manche erlebten die Möglichkeiten der hormonellen Kontrazeption

als regelrechte Befreiung von alten Verhaltensmustern. Hatten sich kurz vorher junge Mädchen äußerst zurückhaltend gegenüber ihren männlichen Verehrern verhalten, so gingen sie nun offener auf

diese zu. Das war ein weiterer wichtiger Schritt zur Emanzipation der Frau.

Wie anders die Situation vor Erfindung der Pille war, können sich heute viele junge Frauen sicher kaum noch vorstellen. Noch allzu gut erinnere ich mich an die Schwester einer Freundin, die im Alter von 14 Jahren ihr erstes Kind bekam. Dieses Ereignis machte ihre ganze Lebensplanung zunichte: Sie musste das Gymnasium verlassen und auf Druck ihrer Eltern heiratete sie den Vater des Kindes. Zum Glück führten die beiden jungen Eltern eine gute Ehe, und sie entschieden sich für zwei weitere Kinder.

Die Kontrazeptiva, die derzeit im Handel sind, haben in ihrer Zusammensetzung kaum noch Ähnlichkeit mir der ersten Pille. Zum einen senkten die Hersteller die Konzentration der enthaltenen Hormone drastisch, zum anderen entwickelten sie ganz neue Kombinationen. Aktuell haben die Frauen die Qual der Wahl: Das Angebot an Applikationsformen ist gewachsen, unter anderem können sie wählen zwischen Pille, Pflaster, Stäbchen, Spirale, Spritze. Außerdem bieten einige Hersteller spezielle Zykluscomputer an, die die fruchtbaren Tage anzeigen. Daher eignen sich diese zur Empfängnisverhütung. Einige Geräte ermög-

lichen gleichzeitig auch die gezielte Planung einer Schwangerschaft. Apothekerin Dr. Ursula Sellerberg hat für den Titelbeitrag die Vielfalt an Verhütungsmethoden recherchiert und gibt Ihnen einen Überblick über Vor- und Nachteile sowie die Zuverlässigkeit des jeweiligen Verfahrens.

Zwei Beiträge in diesem Heft sind dem Thema Inkontinenz gewidmet. Bis zum Alter von etwa Ende 50 betrifft dieses Problem hauptsächlich Frauen. Doch durch die gutartige Vergrößerung der Prostata haben auch einige ältere Männer zunehmend Schwierigkeiten, ihre Blase vollständig zu entleeren, und entwickeln dadurch ebenfalls eine Inkontinenz. Die Autorinnen Rita Reckmann und Birgit Masekowitz beschreiben zum einen die verschiedenen Ursachen, Formen und Symptome der Erkrankung und informieren Sie außerdem umfangreich über alle medikamentösen sowie nicht medikamentösen Therapien. Auch wenn nicht alle genannten Hilfsmittel zum üblichen Apothekensortiment gehören, so können Sie den Betroffenen im Beratungsgespräch sicherlich mit diesen Zusatzkenntnissen weiterhelfen.

Viel Freude bei der Lektüre wünscht

*A. van Gessel*

Annette van Gessel  
Apothekerin für theoretische  
und praktische Ausbildung

- 4 **News**
- 6 **Titelthema Kontrazeption**  
Mit allen Mitteln verhüten
- 14 **PTA-Quiz**
- 16 **Walnuss**  
Nuss mit neu entdeckten Kräften
- 18 **Harninkontinenz**  
Die schwache Blase stützen
- 24 **Drang- und Belastungsincontinenz**  
Alle Behandlungsmöglichkeiten nutzen
- 28 **Interaktionen**  
Die Pille und Johanniskraut
- 32 **Berufsverbände**  
Neuer Gehaltstarifvertrag für Nordrhein
- 33 **Mit Wissen punkten**  
Rezeptur als ganzheitliches Konzept
- 34 **Aus PTA-Schulen**  
Schule in Aurich ist Weiterbildungsstätte  
Langzeiteffekt auf die Prostata
- 36 **Reiseapotheke**  
Was auf Reisen mit muss
- 40 **Was ich noch erzählen wollte ...**  
Wann ist der Mann ein Mann
- 42 **Beratung bei Atemwegserkrankungen**  
Anticholinergika für langen Atem
- 44 **Efeu**  
Saponin erleichtert Abhusten
- 46 **Azidose**  
Sauer macht nicht immer lustig
- 48 **Selbstmedikation bei Vaginalmykose**  
Viele Tipps vertraulich vorgebracht
- 50 **AOK-Rabattverträge**
- 52 **Beratungskompetenz im Fokus**  
Menstruationsstörungen ernst nehmen
- 54 **Verdauungsbeschwerden**  
Weihnachten ohne Druck genießen
- 55 **Interview**  
Die richtige Strategie fürs Fest
- 56 **Marktinfos**
- 60 **Termine**
- 61 **Impressum**