



EDITORIAL

Ob Angestellter oder Leiter einer Apotheke – wer selbst bis zum Ladenschluss arbeiten muss, kennt das Problem: Kaum schließt die Apotheke, machen der Supermarkt nebenan, der Bäcker und der Metzger zu. Da muss man in der Mittagspause hetzen, wenn man seinen privaten Einkauf erledigen will, oder seinen freien Nachmittag opfern. Auch Frauen, die nur Teilzeit arbeiten, haben es nicht leichter, wenn sie außerdem Haus und Kinder versorgen müssen. So schön es ist, Beruf und Familie unter einen Hut zu bringen, so sehr steigt dadurch die Belastung für die meisten Frauen. Selten bleibt Zeit für ein Hobby, für Sport oder zum Ausspannen. Kein Wunder, dass sich heutzutage Frauen und auch Männer zunehmend gestresst fühlen, unter Nervosität und Schlafstörungen leiden oder sogar organisch erkranken. Dabei reicht manchmal schon ein 10-minütiges Entspannungstraining, um neue Kraft für den Alltag zu tanken. Wie wichtig Pausen sind, beschreibt Apothekerin Annette van Gessel im Titelbeitrag. Ihre Tipps sind wertvolle Hilfen für jeden von uns oder auch für gestresste Kunden, die in der Apotheke um Rat fragen.

Stress erleben außerdem Eltern, deren Kinder an einer Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitäts-Störung leiden. Ohne zu wissen warum, gehen die Eltern jahrelang durch die Hölle: Schon das Baby schreit extrem und erfordert ständige, intensive Betreuung. Im Kindergarten zerstören die Kinder mehr als sie bauen, bringen nie ein Spiel zu Ende und gefährden sich und andere beim Toben. Fachärzte gehen heute davon aus, dass die Erkrankung von Geburt



an besteht. Erkannt wird sie aber meist viel zu spät, wenn die Kinder in die Schule kommen und sich nicht konzentrieren können. Je früher die Erkrankung behandelt wird, umso besser sind die Chancen für Kind und Eltern, dass sich das Familienleben und der Schulalltag normalisieren. Der Psychiater und Kinderarzt Dr. Ulrich Kohns beschreibt Krankheitsbild und Behandlung in seinem Beitrag »Nervensäge, Quälgeist, Tollpatsch«.

Apotheker und Heilpraktiker Dr. Oliver Ploss widmet seinen Beitrag über alternative Therapien der Entgiftungstherapie mit Nosoden. Sie enthalten Mikroorganismen, Seren oder Toxine, die entsprechend aufbereitet und zu Potenzen verarbeitet werden. Naturheilkundlich orientierte Therapeuten stellen damit bei den Patienten die Reaktionsfähigkeit des Organismus wieder her und verstärken seine Selbstheilungskräfte. Für manchen Leser ist die sicher ein neues und spannendes Thema. Viel Spaß beim Lesen.

Tanja Schweig

Tanja Schweig
Apothekerin

INHALT

NEWS4

TITELTHEMA
STRESS
DER STÄNDIGE BEGLEITER..... 5

EUKALYPTUS
ANSPRUCHSLOSER RIESE
AUS AUSTRALIEN8

PC-RECHERCHE
EXPERTENRAT FÜR
EPILEPTIKER9

ALTERNATIVE THERAPIEN
DEN KRANKEN KÖRPER
ENTGIFTEN 10

MEXIKO
UNTERWEGS MIT DER PZ 12

KINDERHEILKUNDE
NERVENSÄGE, QUÄLGEIST,
TOLLPATSCHE 14

ADIPOSITAS
ÜBERGEWICHT ERHÖHT
KREBSRISIKO 16

NEUE ARZNEISTOFFE
DAS SIEBTE TRIPTAN 18

ERNÄHRUNGSBERATUNG
ATEMNOT KOSTET KRAFT20

FORTBILDUNG
FERNREISEN MIT KINDERN 22

LESERBEFRAGUNG24

AIDS
MASSENSTERBEN IN AFRIKA25

PTA-QUIZ27
AUS PTA-SCHULEN28
MARKTKOMPASS29
TERMINE, IMPRESSUM.....30