

Christiane Weber

# Rezepte für die Beratung

Fallbeispiele aus der Apotheke

Christiane Weber, Reutlingen

Mit einem Geleitwort von Iris Milek

2., aktualisierte und erweiterte Auflage

Mit 35 Abbildungen, 36 Rezeptbeispielen  
und 5 Tabellen

# Inhaltsverzeichnis

---

Geleitwort .....	V
Vorwort .....	VI
<b>1 Schmerzen</b> .....	<b>1</b>
<b>1.1 Schmerzen und Fieber</b> .....	<b>1</b>
1.1.1 Kundensignale wahrnehmen .....	2
1.1.2 Stimmt die Dosierung? .....	2
1.1.3 Aktuelle Empfehlungen .....	3
1.1.4 Vorsicht Überdosierung! .....	3
1.1.5 Zäpfchen richtig platzieren .....	3
1.1.6 Fieber-Verständnis fördern .....	4
<b>1.2 Zahnschmerzen</b> .....	<b>6</b>
1.2.1 Fachwissen – kurz aufgefrischt .....	6
1.2.2 So ins Gespräch einsteigen .....	6
1.2.3 Wann weiß, wann blau? .....	7
1.2.4 Mundspülen will erklärt sein .....	8
<b>1.3 Migränekopfschmerzen</b> .....	<b>9</b>
1.3.1 Modernes Migränemittel .....	9
1.3.2 Augen auf im HV! .....	9
1.3.3 Praktische Einnahmeempfehlungen .....	10
1.3.4 Nützliche Zusatzmedikation .....	11
1.3.5 Nicht jeder Migräne-Patient weiß, .....	11
<b>1.4 Starke Schmerzen</b> .....	<b>12</b>
1.4.1 Hintergrundwissen aufgefrischt .....	13
1.4.2 Eine „Muss-Frage“ .....	14
1.4.3 Nebenwirkungen nicht verschweigen .....	15
1.4.4 „Das macht doch süchtig!“ .....	15
1.4.5 Auch hier besteht Erklärungsbedarf .....	15
1.4.6 Servicematerial anbieten .....	16
<b>2 Infektionskrankheiten</b> .....	<b>17</b>
<b>2.1 Antibiotika auf Rezept –   wie Sie zum Therapieerfolg beitragen können</b> .....	<b>17</b>
2.1.1 Konsequente Einnahme .....	17
2.1.2 Alles klar bei der Dosierung? .....	18
2.1.3 Vor, zum, nach oder unabhängig? .....	18
2.1.4 Was immer gilt .....	19

2.1.5	Spezialfall: Trockensaft.....	19
2.1.6	Was verträgt sich nicht?.....	20
2.1.7	Weder Grapefruit noch Sonne.....	20
2.1.8	Durchfall ist nicht gleich Durchfall.....	21
2.1.9	Mit Probiotika gegensteuern.....	21
2.1.10	Wichtig für Pillen-Anwenderinnen.....	22
2.1.11	Und, und, und.....	22
<b>2.2</b>	<b>Mittelohrentzündung.....</b>	<b>23</b>
2.2.1	Wenn Antibiotikum, dann richtig.....	24
2.2.2	Trockensaft richtig anrühren.....	25
2.2.3	Ein Analgetikum gehört dazu.....	25
2.2.4	Nasenspray hilft den Ohren.....	26
2.2.5	„Was kann ich sonst noch für mein Kind tun?“.....	26
2.2.6	Alarmsymptome ernst nehmen.....	26
<b>2.3</b>	<b>Windpocken.....</b>	<b>27</b>
2.3.1	Wenn's unerträglich juckt.....	28
2.3.2	Hätten Sie's noch gewusst?.....	28
2.3.3	Falls es der Arzt noch nicht erklärt hat.....	29
2.3.4	Hilfreiche Zusatztipps.....	29
2.3.5	Für wen Windpocken gefährlich sind.....	30
2.3.6	Offiziell empfohlene Impfung.....	30
<b>2.4</b>	<b>FSME.....</b>	<b>31</b>
2.4.1	Fachwissen aufgefrischt.....	32
2.4.2	Offiziell empfohlene Impfung.....	33
2.4.3	Zum Gesprächseinstieg ein Lob.....	33
2.4.4	Zecken trotz Impfschutz gefährlich.....	34
2.4.5	Unerlässliche Selbstinspektion.....	34
2.4.6	Auch das ist wichtig.....	35
<b>2.5</b>	<b>Harnwegsinfekt.....</b>	<b>35</b>
2.5.1	Wissen Sie's noch?.....	36
2.5.2	Ist die Einnahme wirklich klar?.....	36
2.5.3	Was erlaubt ist.....	37
2.5.4	... und was nicht.....	37
2.5.5	Was der Blase noch gut tut.....	38
2.5.6	Nützliches aus der Schublade.....	38
2.5.7	Zur Prophylaxe.....	39
<b>2.6</b>	<b>Nagelpilz.....</b>	<b>40</b>
2.6.1	Die Übeltäter.....	40
2.6.2	Was Antimykotika bewirken.....	41

2.6.3	Durchhalten lohnt sich.....	41
2.6.4	Weiß der Patient ... ..	42
2.6.5	Vorsicht Wechselwirkungen!.....	42
2.6.6	Was Sie noch empfehlen können .....	42
2.6.7	Reinfektoprophylaxe .....	43
<b>3</b>	<b>Herz-Kreislauf-Erkrankungen .....</b>	<b>44</b>
<b>3.1</b>	<b>Bluthochdruck .....</b>	<b>44</b>
3.1.1	Kurzporträt der Wirkstoffe.....	45
3.1.2	Korrekte Einnahme.....	47
3.1.3	Auf Nebenwirkungen vorbereiten .....	47
3.1.4	Und noch etwas ... ..	48
<b>3.2</b>	<b>Gerinnungshemmung (Marcumar®).....</b>	<b>49</b>
3.2.1	Gegenspieler des Vitamin K.....	49
3.2.2	Interesse signalisieren .....	50
3.2.3	Zur Selbstmessung motivieren .....	52
3.2.4	Schwankende Werte – woran liegt's?.....	52
3.2.5	Vorsicht Wechselwirkungen!.....	52
3.2.6	Alarmierende Symptome .....	53
3.2.7	Ernährungseinfluss nicht überschätzen.....	53
3.2.8	Ein Gläschen in Ehren .....	53
3.2.9	Es lohnt sich.....	54
<b>3.3</b>	<b>Thromboseprophylaxe (Heparin) .....</b>	<b>54</b>
3.3.1	Ihr Fachwissen kurz aufgefrischt.....	55
3.3.2	Anleitung zur Selbstinjektion .....	56
3.3.3	Irritationen vorbeugen.....	57
3.3.4	Ergänzende Hinweise.....	57
<b>4</b>	<b>Stoffwechselerkrankungen.....</b>	<b>59</b>
<b>4.1</b>	<b>Osteoporose.....</b>	<b>59</b>
4.1.1	Wichtige Hintergrundinfos für Sie.....	59
4.1.2	Ein typischer Fall.....	60
4.1.3	Das korrekte Einnahmeritual.....	61
4.1.4	Vermeidbare Wechselwirkungen.....	61
4.1.5	Ein letzter Tipp .....	62
<b>4.2</b>	<b>Hypercholesterinämie und Gicht.....</b>	<b>63</b>
4.2.1	Kurzes Fachwissen-Update .....	63
4.2.2	Verständnis fördert Compliance .....	64
4.2.3	Dafür Bewusstsein schaffen .....	64
4.2.4	Kein Ersatz, sondern Zusatz.....	65

4.2.5	Was essen, was trinken? .....	65
4.2.6	Cholesterinbomben entschärfen .....	66
<b>4.3</b>	<b>Diabetes (Insulin-Therapie) .....</b>	<b>66</b>
4.3.1	Modernes Langzeitinsulin .....	67
4.3.2	Richtig aufbewahren .....	68
4.3.3	Injektionsstelle wechseln .....	69
4.3.4	Eine einmalig feine Sache .....	69
4.3.5	Fingerspitzengefühl zeigen .....	70
4.3.6	Sinnvolle Ergänzungsempfehlung .....	70
<b>4.4</b>	<b>Diabetes (Blutzuckermessstreifen) .....</b>	<b>71</b>
4.4.1	Das Messprinzip .....	71
4.4.2	Auf Fehlersuche gehen .....	72
4.4.3	Schonend „Blut zapfen“ .....	72
4.4.4	Stets eine neue Einstichstelle .....	73
4.4.5	Wer kennt die Nachtropffunktion? .....	73
4.4.6	Korrekt lagern .....	73
4.4.7	Kritischer Vergleich .....	74
<b>4.5</b>	<b>Eisenmangel .....</b>	<b>74</b>
4.5.1	Lange symptomlos .....	76
4.5.2	Am besten solo .....	76
4.5.3	Das geht gar nicht zusammen .....	77
4.5.4	Harmlos oder doch nicht? .....	77
4.5.5	Worauf es beim Essen ankommt .....	77
<b>5</b>	<b>Atemwegserkrankungen .....</b>	<b>79</b>
<b>5.1</b>	<b>Asthma .....</b>	<b>79</b>
5.1.1	Stufen-Therapie .....	79
5.1.2	Klassische Kombination .....	81
5.1.3	Erklären statt nur verharmlosen .....	81
5.1.4	1 + 1 ist mehr als 2 .....	82
5.1.5	Gerät richtig vorbereiten .....	82
5.1.6	Richtige Anwendungstechnik .....	83
5.1.7	Nichts für den Notfall! .....	83
<b>5.2</b>	<b>COPD .....</b>	<b>84</b>
5.2.1	AHA-Symptome .....	84
5.2.2	Wie wirkt Tiotropium? .....	85
5.2.3	Nachfragen ist gefragt .....	86
5.2.4	Schritt für Schritt .....	86
5.2.5	Der eigentliche Sprühvorgang .....	86
5.2.6	Weitere praktische Tipps .....	87

<b>5.3</b>	<b>Inhalativa auf Rezept:</b>	
	<b>15 Ansatzpunkte für Ihre Beratung</b> .....	<b>88</b>
<b>5.4</b>	<b>Bronchitis</b> .....	<b>94</b>
5.4.1	Ihr Fachwissen kurz aufgefrischt.....	95
5.4.2	Unverzichtbare Abgabehinweise.....	95
5.4.3	Auch darauf hinweisen.....	96
5.4.4	Den Hustenstiller zur Nacht.....	96
5.4.5	Worauf ist bei der Einnahme zu achten?.....	96
5.4.6	Auch daran gilt es zu denken.....	97
<b>5.5</b>	<b>Heuschnupfen</b> .....	<b>97</b>
5.5.1	Fin typischer Betroffener.....	98
5.5.2	Cortison den Schrecken nehmen.....	98
5.5.3	Gezielt lokal wirksam.....	99
5.5.4	Praktische Tipps.....	99
5.5.5	Wozu noch Allergietabletten?.....	100
5.5.6	Wenn der Arzt schon alles erklärt hat ... ..	100
5.5.7	Last but not least.....	100
<b>5.6</b>	<b>Inhalationstherapie</b> .....	<b>100</b>
5.6.1	Hier geht's ums Prinzip.....	102
5.6.2	Das Set richtig zusammensetzen.....	102
5.6.3	Praktische Hinweise.....	103
5.6.4	„Stiefkind“ Reinigung.....	103
<b>6</b>	<b>Hauterkrankungen</b> .....	<b>105</b>
<b>6.1</b>	<b>Akne</b> .....	<b>105</b>
6.1.1	Das Akne-Trio.....	105
6.1.2	Porentiefe Wirkung.....	106
6.1.3	Geduld, Geduld.....	106
6.1.4	Praktische Infos.....	107
6.1.5	Was interessiert noch?.....	107
<b>6.2</b>	<b>Gürtelrose</b> .....	<b>109</b>
6.2.1	Wiedererwachtes Virus.....	110
6.2.2	Schmerzhafes Nachspiel.....	110
6.2.3	Die Wirkungsweisen.....	110
6.2.4	Darauf kommt's an.....	111
6.2.5	Schmerzlinderung ist sinnvoll.....	111
6.2.6	Besteht Ansteckungsgefahr?.....	112

<b>6.3</b>	<b>Haarausfall</b> .....	<b>113</b>
6.3.1	Ihr Hintergrundwissen aufgefrischt .....	114
6.3.2	Steter Tropfen hilft.....	115
6.3.3	Dabeibleiben ist alles .....	115
6.3.4	Wann, wo, wie auftragen?.....	115
6.3.5	„Shedding“ ist ein gutes Zeichen.....	116
6.3.6	Dichtung und Wahrheit.....	116
<b>6.4</b>	<b>Schuppenflechte</b> .....	<b>117</b>
6.4.1	Übereifrige Hautzellen .....	117
6.4.2	Kurzes Wirkstoffporträt.....	118
6.4.3	Den Kunden ansprechen .....	118
6.4.4	Was nicht jeder weiß .....	119
6.4.5	Ernährung, Stress & Co. ....	119
6.4.6	Auslöser meiden .....	119
6.4.7	Hautpflege – Ihr Thema! .....	120
<b>6.5</b>	<b>Kopfläuse</b> .....	<b>121</b>
6.5.1	Lausiges Leben .....	121
6.5.2	Von Kopf zu Kopf.....	122
6.5.3	Umgehend und gründlich.....	122
6.5.4	Nicht ohne Nissenkamm.....	123
6.5.5	Die ganze Wohnung entlausen?.....	123
6.5.6	Eltern in die Pflicht nehmen .....	124
<b>6.6</b>	<b>Infektiöses Ekzem</b> .....	<b>124</b>
6.6.1	Für Sie kurz wiederholt.....	125
6.6.2	Was tun bei superskeptischen Kunden?.....	125
6.6.3	Cortison trotz Bakterienbefall?.....	126
6.6.4	Anwendung präzisieren .....	127
6.6.5	Beides ist sinnvoll .....	127
6.6.6	Positives betonen – Compliance fördern .....	127
6.6.7	Noch ganz Praktisches.....	128
<b>7</b>	<b>Frauenleiden und Verhütung</b> .....	<b>129</b>
<b>7.1</b>	<b>Vaginalmykose</b> .....	<b>129</b>
7.1.1	Schlagartiger Beginn.....	129
7.1.2	Für Ihren Hinterkopf .....	130
7.1.3	Mit Vaginaltabletten richtig umgehen.....	130
7.1.4	Konsequent anwenden.....	131
7.1.5	Was es zu Vagiflor <sup>®</sup> zu sagen gibt.....	131
7.1.6	Noch ein paar nützliche Tipps.....	132

<b>7.2</b>	<b>Verhütungsring (Nuvaring®)</b> .....	132
7.2.1	Das Ringprinzip.....	133
7.2.2	Hilfreich für den Gesprächseinstieg.....	134
7.2.3	Bitte stets pünktlich.....	134
7.2.4	Was frau noch wissen sollte.....	134
7.2.5	Der Ring und andere Medikamente.....	135
<b>8</b>	<b>Andere Erkrankungen</b> .....	136
<b>8.1</b>	<b>Glaukom</b> .....	136
8.1.1	Hintergrundwissen für Sie.....	136
8.1.2	Warum mehrere Wirkstoffe?.....	137
8.1.3	Konsequente Dauerbehandlung.....	137
8.1.4	Augentropfen korrekt anwenden.....	138
8.1.5	Weitere nützliche Hinweise.....	139
8.1.6	Technische Hilfen anbieten.....	140
<b>8.2</b>	<b>Raucherentwöhnung</b> .....	140
8.2.1	Echte Wirkstoffinnovation.....	141
8.2.2	Welche Erfolge sind realistisch?.....	142
8.2.3	Erklärungsbedürftiges Dosierungsschema.....	142
8.2.4	Information fördert Compliance.....	142
8.2.5	Wenn die Krise kommt.....	143
<b>8.3</b>	<b>Magenbeschwerden</b> .....	144
8.3.1	So hemmen PPI die Säurebildung.....	145
8.3.2	Ein paar Worte zur Einnahme.....	146
8.3.3	An Vitamin B <sub>12</sub> und mehr denken!.....	146
8.3.4	Ergänzende OTC-Empfehlungen.....	147
8.3.5	Richtiges Essverhalten.....	147
<b>8.4</b>	<b>Inkontinenz</b> .....	148
8.4.1	Mut zum ersten Schritt.....	148
8.4.2	Anticholinergika bei Dranginkontinenz.....	149
8.4.3	Warum als Pflaster?.....	150
8.4.4	Richtig gepflastert.....	150
8.4.5	Sachgerecht entsorgen.....	150
<b>8.5</b>	<b>Misteltherapie</b> .....	152
8.5.1	Komplexes Vielstoffgemisch.....	152
8.5.2	Therapieprinzip.....	153
8.5.3	Gesprächseinstieg mit Gefühl.....	153
8.5.4	Praktische Anwendung.....	154
8.5.5	Auf Hautreaktionen vorbereiten.....	154
8.5.6	Voll erstattungsfähig.....	154

<b>8.6</b>	<b>Erektile Dysfunktion .....</b>	<b>155</b>
8.6.1	Ein Warnsignal.....	155
8.6.2	Wissen Sie's noch?.....	156
8.6.3	Wie sag' ich's meinem Kunden?.....	157
8.6.4	Gängige Nebenwirkungen .....	157
8.6.5	K.-o.-Kriterium .....	158
8.6.6	Gefahr aus dem Internet .....	158
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>161</b>
	<b>Bildnachweis .....</b>	<b>166</b>
	<b>Sachregister.....</b>	<b>167</b>
	<b>Die Autorin .....</b>	<b>179</b>

