Esberitox®

IMMUNnews

Juni 2010 ▪ Zeitschrift für PTAs

Vorbereitung:
Urlaub in der Fremde!

Verunsicherung:
Was heißt eigentlich Bikini-Figur?

Erinnerung:
Die schönste Apotheken-Story

Abwechslung:
H&M-Gutscheine zu gewinnen

INHALT

IMMUNnews im Juni 2010

IMMUNberatung
Urlaubsvorbereitung mit dem Erkältungsverkürzer 4–6

IMMUNinfos
Spannendes zum Thema Immunsystem 7

IMMUNthema
Abspeck-Wahn im Sommer 8–9

IMMUNstory
Frau Flint und das Flirt-Fax 10–11

IMMUNwettbewerb
Mitmachen und gewinnen 12

Impressum

Herausgeber:
Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG
Bahnhofstraße 35, 38259 Salzgitter
www.schaper-bruemmer.com
Redaktion: Patricia Besch, WHITECROSS
Konzept&Layout: WHITECROSS, Hamburg
Fotos: Fotolia, istockphoto
Litho: LITHOKONTOR WENIG, Hamburg
Auflage: 5.500

Esberitox® Tabletten, Zusammensetzung: 1 Tablette enthält: 3,2 mg Trockenextrakt (4–9 : 1) aus einer Mischung von Färberhülsenwurzelstock : Purpursonnenhutwurzel : Blassfarbener Sonnenhutwurzel : Lebensbaumspitzen und -blättern (4,92 : 1,85 : 1,85 : 1). Auszugsmittel: Ethanol 30% (V/V). Sonstige Bestandteile: Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat, Macrogol MW: 6.000, Sucrose (Saccharose). **Anwendungsgebiet:** zur unterstützenden Therapie viraler Erkältungskrankheiten. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen einen der Wirk- oder Hilfsstoffe oder gegen Korbblütler. Aus grundsätzlichen Erwägungen nicht einzunehmen bei fortschreitenden Systemerkrankungen wie Tuberkulose und Sarkoidose; bei Autoimmunerkrankungen wie Kollagenosen, multipler Sklerose; bei erworbenen Immunabwehrschwächen wie Aids-Erkrankungen, HIV-Infektionen; bei Immunsuppression z.B. durch Zytostatikatherapie oder immunsuppressiver Behandlung z.B. nach Transplantationen; bei hämatologischen Erkrankungen des weißen Blutzellsystems wie Leukämie und Agranulozytose. **Nebenwirkungen:** Es können Überempfindlichkeitsreaktionen auftreten. Für Arzneimittel mit Zubereitungen aus Sonnenhut wurden Hautausschlag, Juckreiz, Gesichtsschwellung, Atemnot, Schwindel und Blutdruckabfall beobachtet. Zur Häufigkeit können keine Angaben gemacht werden. **Warnhinweis:** enthält Lactose und Sucrose (Zucker); Packungsbeilage beachten. Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, 38259 Salzgitter Stand 05/09

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Es ist ja so eine Sache mit der Gewohnheit: Eigentlich begrüßt Sie an dieser Stelle immer Herr Quiroga, doch der stellt sich neuen Herausforderungen, wobei wir ihm ganz viel Erfolg wünschen! Und sicherlich sind Sie es auch gewohnt, sich bei Schnupfen – auch in der Öffentlichkeit – zu schnäuzen, warum auch nicht? In vielen asiatischen Ländern wird das gar nicht gern gesehen. Auf den folgenden vier Seiten lesen Sie mehr zum Thema Verhaltenskodex im Ausland und zur Urlaubsvorbereitung mit dem Erkältungsverkürzer Esberitox® Tabletten.

Wenn laue Sommerlüftchen wehen, dann fallen gerne mal die Hüllen, jedoch nicht immer die Pfunde – was vielen Damen zu schaffen macht. Mit der Bedeutung der Bikini-Figur haben wir uns auf den Seiten 8–9 befasst. Und zum Schluss erzählt Ihnen Apothekerin Katja Flint noch ihre liebste Kundenstory. Ach ja, zu gewinnen gibt's diesmal drei H&M-Gutscheine fürs neue Sommer-Styling. Viel Glück und viel Spaß beim Lesen wünscht

Ihre Patricia Besch
Chefredakteurin IMMUNnews

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

Zu ihren WeSC-Kopfhörern beglückwünschen wir:

Angela Rechtien
Apotheke Agarius,
Zum Weissen Moor 2,
49134 Wallenhorst-Lechtingen

Anette Kircher
Avie Apotheke im Kaufland,
Refrather Weg 1,
51465 Bergisch Gladbach

Christiane Grosche
Apotheke im Kaufland,
Lohmener Strasse,
01796 Pirna

Tanja Kehl
Betzenberg Apotheke,
St. Quentin-Ring 2,
67663 Kaiserslautern

Yvonne Leithner
Marien Apotheke,
Kupferstr. 1, 85049 Ingolstadt

Urlaubsvorbereitung mit dem Erkältungs-

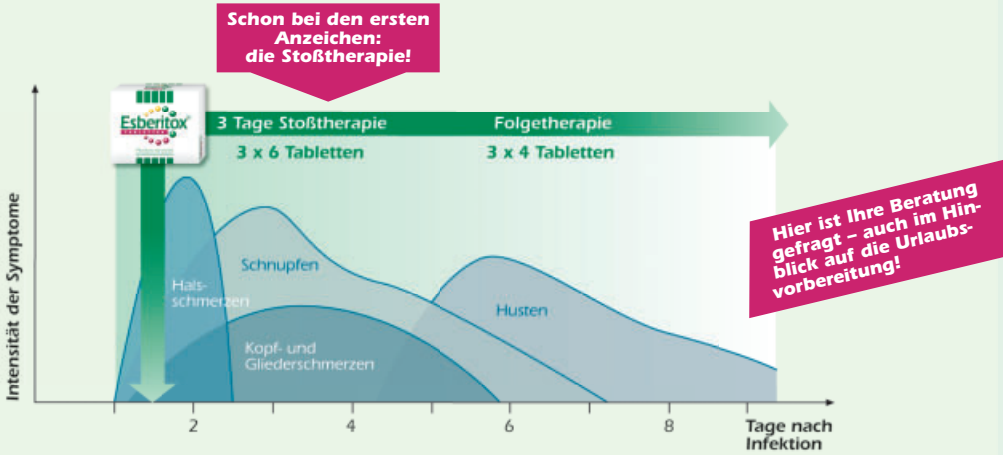
Fremde Länder–fremde Viren!

Die Urlaubssaison steht vor der Tür und Ihre Kunden bereiten sich wahrscheinlich schon durch eifriges Reiseführerblättern darauf vor. Und zwar nicht nur im Hinblick auf die Sehenswürdigkeiten, sondern auch auf die Sitten und Gebräuche des Urlaubslandes – man möchte sich ja schließlich nicht durch unangemessenes Verhalten blamieren. Doch bei der Urlaubsvorbereitung sollte auch an potenzielle Krankheiten gedacht werden, beispielsweise hervorgerufen durch „fremde" Erkältungsviren, die das Immunsystem noch nicht kennt. Und hier ist Ihre Hilfe gefragt: Unterstützen Sie Ihre Kunden bei der Zusammenstellung einer Reiseapotheke, in der z.B. der Erkältungsverkürzer Esberitox® nicht fehlen darf.

Schonend und schnell wirksam: Der Erkältungsverkürzer* Esberitox®

Mit seinem Immun-Aktivkomplex aus der Natur macht das kausal wirkende Esberitox® – auch bei dem Immunsystem unbekannten Viren – schneller wieder gesund und rettet so bis zu drei wertvolle Urlaubstage.

Anwendungsbeispiel für eine schnelle Genesung



Für die Folgetherapie:

Erwachsene und Jugendliche
ab 12 Jahren: 3 x 4 Tabletten täglich

Kinderdosierung:

Kinder von 4 bis 6 Jahren: 3 x 1–2 Tabletten täglich
Kinder von 7 bis 11 Jahren: 3 x 2–3 Tabletten täglich

* bei viralen Atemwegsinfekten.

Esberitox®
IMMUNberatung

Krank im Auslandsurlaub?

Was Ihre Kunden wissen sollten!

1. Europäische Krankenversicherungskarte einpacken!

Diese Karte hat den Auslandskrankenschein mittlerweile ersetzt. Bei vielen neu ausgestellten Versicherungskarten ist sie bereits integriert. Sie gilt für die ambulante und stationäre Notfallbehandlung in allen EU-Staaten und einigen anderen Ländern.

2. Kassenpatienten sollten sich nicht „privat" behandeln lassen!

Es sollte schon vor der Behandlung klargestellt werden, dass man als Kassenpatient nicht „privat" behandelt werden möchte. Außerdem muss vorab geklärt werden, ob die europäische Krankenversicherungskarte gilt. Ansonsten könnten hohe Kosten anfallen, die die deutsche Kasse nicht übernimmt. Auch wichtig: darauf achten, dass die Abrechnung detailliert alle Kosten auflistet.

3. Auslands-Reisekrankenversicherung abschließen!

Wir empfehlen, diese Versicherung nicht nur für das außereuropäische Ausland, sondern auch für das EU-Gebiet abzuschließen. Denn sie kostet kein Vermögen, bietet umfassenden Schutz, und man kann durch den Abschluss eine Menge Stress, Ärger und Unkosten vermeiden.

Deutsche denken mehr an Urlaub als an Sex

Eine Umfrage des Online-Reiseportal lastminute.de ergab, dass das Verreisen noch vor dem Geschlechtsverkehr ein Thema der Deutschen ist – zumindest in den Köpfen. Von den mehr als 1.300 Befragten denken nämlich 93 % einmal und mehr pro Tag an Urlaub, während nur 83 % einmal und mehr pro Tag an Sex denken. Und das sieht überraschenderweise bei Männern und Frauen ganz ähnlich aus. Da sieht man's mal wieder, alle wollen immer nur das eine: entspannten Urlaub mit Sonne, Strand und Meer!

Das Anraten, aufs Händeschütteln zu verzichten und stattdessen Küsschen auf die Wange zu hauchen, hat nichts mit Knigge zu tun, sondern mit Übertragungswegen von Erkältungsviren. Ein amerikanisch-britisches Medizinerteam hat die Ausbreitungswege von Krankheitserregern und auch deren Überlebensdauer auf Flächen untersucht. Bekanntermaßen breiten sich ansteckende Erreger am ehesten durch Handkontakt aus (von der Hand zu Nase und Augen, aber auch auf Türklinken, Telefon etc.), daher ist eine gute Handhygiene so wichtig. Beim Küssen hingegen – nicht nur dem auf-die-Wange-gedrückten – haben es die Viren schwer, sich breit zu machen.

Dreck ist gesünder als sterile Umgebung

Ausgerechnet kleine Ferkelchen haben englischen Forschern beim Beleg der so genannten „Hygiene-Hypothese" geholfen. Diese besagt, dass eine zu saubere Umgebung später zu Problemen mit dem Immunsystem führt. Wie Sie ja wissen, muss das unreife junge Abwehrsystem mit einer Vielzahl von Krankheitserregern erst einmal „trainieren". Anhand der Ferkel-Studie wurde nun festgestellt, dass sich die für das Immunsystem so wichtige Darmflora von kleinen Schweinchen, die im Dreck wühlen durften, anders – und besser – entwickelt als die von steril aufgezogenen Ferkeln. So war z. B. die Anzahl der gesundheitsfördernden Milchsäurebakterien bei den schmutzigen Schweinchen höher als bei den anderen.

(Quelle: www.wissenschaft.de)

Abspeck-Wahn im Sommer:

Bikinifigur –

In der Urlaubs- und Badesaison macht er wieder Tausende von Frauen nervös: der Hang zur perfekten Bikini-Figur. Um sie zu erreichen, fastet, hungert, trennkostet und diätet der weibliche Part der Nation. Aber heißt „dünn" wirklich „schön"? In Zeiten von Magerwahn und Topmodel-Kult sind wir der Frage nach der ultimativen Sommer-Figur einmal nachgegangen.

Drei Viertel der deutschen Männer zwischen 25 und 55 finden sehr dünne Frauen gar nicht attraktiv, so das Ergebnis einer Umfrage der Zeitschrift Laura. Sie ziehen weibliche Formen und eine sinnliche Ausstrahlung den Model-Maßen vor. Damit liegen die Männer nicht gerade im Trend der Top-Designer der Welt, die nach wie vor Klappergestelle über den Laufsteg schicken. Man nehme z. B. die Aussage der „Germanys Next Topmodel"-Jury zu einem Mädchen mit 52 Kilo bei 1,76 Metern: „Dafür bist du zu dick".

In vielen Kulturen ist dick sogar schick

Schöne Rundungen sind in den meisten Ländern regelrecht erstrebenswert: Eine ethnographische Studie ergab, dass bei knapp der Hälfte der untersuchten 62 Kulturen dicke Frauen als attraktiv gelten, bei einem Drittel wird die mittlere Gewichtsklasse, und nur bei 20 % werden dünne Frauen bevorzugt (Quelle: wikipedia). Die Theorie dahinter: In Gegenden mit potenzieller Nahrungsmittelknappheit wird Wohlgenährtheit zum Statussymbol. Mit Fortschreiten der Globalisierung ändert sich das allerdings und das westlich-schlanke Schönheitsideal breitet sich immer mehr aus.

was heißt das eigentlich?

Magerwahn? Nein danke!

Aber so langsam gibt es auch hierzulande Gegentendenzen: Ein Kampf gegen den bisweilen krankmachenden Schlankheitswahn kündigt sich an. Die Dove-Werbekampagne „Initiative für wahre Schönheit" mit wohlgerundeten Frauen ist ein Zeichen dafür und auch der Anspruch der Zeitschrift BRIGITTE, ganz auf professionelle Models zu verzichten. Eine schöne Tendenz. Denn Frauen mit Formen, die zu sich stehen, sind unbeschwerter, selbstbewusster und entspannter.

Formeln für die ideale Figur

BMI = Körpergewicht/Körpergröße²

Untergewicht: BMI unter 18,5, **Normalgewicht:** BMI zwischen 19 und 25, **Übergewicht:** BMI zwischen 25,5 und 29,5

IMMUNnews-Umfrage:

Schlank ist natürlich nicht gleich krank, aber dass übertriebenes Hungern ungesund ist, wissen Sie als PTA am besten. Wie ist denn Ihre Meinung zum Thema „Schlankheitswahn"? Meinen Sie, dass Bikinimode auch an femininen Rundungen top ausschaut?

Wir freuen uns auf Ihre Meinung. Schicken Sie uns einfach eine E-Mail an: info@immunnews.de, in der nächsten Ausgabe veröffentlichen wir das Ergebnis der Umfrage.

Der nette Zeichner macht 'ne Mücke:

Frau Flint und das Flirt-Fax!

In unserer neuen Serie erzählen Apotheken-Mitarbeiter ihre außergewöhnlichsten Kundenerlebnisse. Diesmal: Die Hamburger Apothekerin Katja Flint berichtet von ihrer Begegnung mit dem Künstler Jan Philipp Schwarz. Die ist zwar schon ein paar Jährchen her, aber nichtsdestotrotz sehr amüsant…

Es war Spätsommer als Herr Schwarz, seines Zeichens Zeichner, eine Apotheke in Hamburg betrat. Er brauchte ein Mückenmittel. Und wurde charmant von einer Apothekerin beraten, die ihn wohl auch nach dem Kauf noch beschäftigte. Also setzte er sich an den Schreibtisch, zückte den Zeichenstift und schuf mit wenigen Strichen folgende Illustration:

„Sollte die bezaubernde Apothekerin, die mir beim Kauf von Autan (mit Aloe Vera) behilflich war, bereit sein, über Details der hoffentlich erfolgreichen Anwendung dieses Mittels bei einem Feierabend-Bierchen (oder dergleichen) in der nächsten Woche zu diskutieren, dann würde ich mich diesbezüglich über eine positive Reaktion sehr freuen ...“

Das Ganze ging per Fax an die Apotheke. Frau Flints Ehemann (von dem Herr Schwarz ja nichts wusste) hatte nichts gegen ein Treffen, und so kam es zu Feierabendbierchen mit Backgammon-Spielen. Zu mehr natürlich nicht. Mittlerweile ist Katja Flint Mutter von 4 kleinen Kindern (siehe Foto) und hat leider keine Zeit mehr für abendliche Spiele-Runden. Schön fand sie die Begegnung mit dem netten Illustrator aber trotzdem. **Wer neugierig auf die schönen Künste von Jan Philipp Schwarz geworden ist, findet seine Illustrationen und Ölgemälde unter:**
www.schwarzmalerei.com

Haben Sie auch eine schöne Kundengeschichte zu erzählen? Dann schicken Sie uns eine E-Mail (info@immunnews.de), vielleicht berichten wir ja in der nächsten IMMUNnews über Sie!

H&M-GUTSCHEINE ZU GEWINNEN!

Schickes für den Sommer:

Wir verlosen insgesamt drei Gutscheine von H&M im Wert von je 100,– Euro!
Einfach die Gewinnspielfrage unten beantworten und mit Glück gewinnen!

Schreiben Sie uns per E-Mail an:
info@immunnews.de, per Fax 0180-5 07 01 05
oder per Post an

WHITECROSS
IMMUNnews Redaktion
Paul-Dessau-Straße 3c
22761 Hamburg

IMMUNnews Abo kostenlos bestellen und H&M-Gutschein gewinnen:
Coupon ausfüllen und einsenden oder faxen an: 0180-5 07 01 05.

Warum sollte Esberitox® in keiner Reiseapotheke fehlen?

NAME/VORNAME: APOTHEKE:

STRASSE: PLZ/ORT:

Privatanschrift:

STRASSE: PLZ/ORT:

E-MAIL:

☐ Ich habe bereits ein kostenloses IMMUNnews Abo, möchte aber trotzdem an der Verlosung teilnehmen!