Esberitox®

IMMUNnews

September 2013•Zeitschrift für PTAs

Wissen compact:

der kleine Erkältungs-unterschied

Eine entscheidende Nasenlänge voraus:

Das neue Esberitox® COMPACT

Damit sich virale Atemwegsinfekte nicht in die **Länge** ziehen:

Esberitox® COMPACT, der Erkältungsverkürzer.

Verkürzt die Erkältung um 2–3 Tage.[2]

[1] 16 mg Trockenextrakt aus pflanzlichen Wirkstoffen pro Tablette, i. Vgl. zu 3,2 mg Pflanzenextrakt in Esberitox® Tabletten
[2] Studie mit wirkstoffgleichem Produkt durchgeführt; Quelle: Henneicke-von Zepelin, H.-H., et al., Current Medical Research and Opinion, Vol. 15 (1999):214-227.

INHALT

IMMUNnews im September 2013

IMMUNthema
Das neue Esberitox® COMPACT 4–7

IMMUNgewinn
Großer Fotowettbewerb 8–9

IMMUNnews
Neues aus der Forschung 10

IMMUNwissen
Der kleine Unterschied 11

IMMUNwissen
Medizin-Mythen 12

IMMUNküche
Falafel & Apfelbowle 13

IMMUNhistory
Robert Koch 14–15

Impressum
Herausgeber: Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG
Bahnhofstraße 35, 38259 Salzgitter • www.schaper-bruemmer.com
Redaktion: Julia Seibt, WHITECROSS
Konzept & Layout: WHITECROSS, Hamburg
Fotos: Fotolia, shutterstock
Litho: LITHOKONTOR WENIG, Hamburg Auflage: 5.500

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Wenn Ihnen diese Ausgabe etwas „langnasig“ vorkommt, dann haben Sie Recht. Das liegt aber nicht daran, dass wir den Karnevalsanfang vorgezogen haben: Nein, wir feiern das neue Esberitox® COMPACT!

Mit 5-fach konzentrierter Phyto-Power hat das neue Esberitox® COMPACT die Nase vorn – und weil sich auch beim neuen Werbeauftritt alles um die Nase dreht, ist das ein schöner Grund, mal die Feier-Nase aufzusetzen.

Das sollten Sie auch tun. Denn mit ein bisschen Glück können Sie dann COMPACTEN Filmspaß gewinnen: einen tollen 3D-Blu-Ray-Player inklusive der Filmbox „Fluch der Karibik“ mit Teil 1–4! Mehr dazu auf Seite 8. Das passende Menü zur Premierenfeier für Esberitox® COMPACT finden Sie übrigens auf Seite 13: COMPACTE Falafel mit leckerer Apfelbowle. Was der entscheidende Unterschied zwischen den guten alten Esberitox® Tabletten und dem neuen Esberitox® COMPACT ist, lesen Sie auf Seite 4 bis 7 – und was der Unterschied zwischen einer „weiblichen“ und einer „männlichen“ Erkältung ist, auf Seite 11.

Also wieder mal eine spannende Mischung – natürlich im COMPACTEN Format. Viel Spaß beim Lesen!

Julia Seibt

Ihre Julia Seibt
Chefredakteurin IMMUNnews

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

Hier die Gewinnerin aus der letzten IMMUNnews. Herzlichen Glückwunsch zu einem iPad im Wert von 500 Euro!

Esberitox® IMMUNthema

Die neue compacte Phyto-Power macht's möglich:

Zeigen Sie der Erkältung die lange Nase!

Manche Dinge kann man einfach nicht besser machen. Aber stärker! Pünktlich zur neuen Erkältungssaison geht das neue Esberitox® COMPACT mit 5-fach konzentrierter Pflanzenkraft an den Start – und sorgt dafür, dass Sie bei der Beratung klar die Nase vorn haben:

- **5-fach konzentrierte[1] Phyto-Power!**
- **Nur 3x 1 Tablette täglich!**

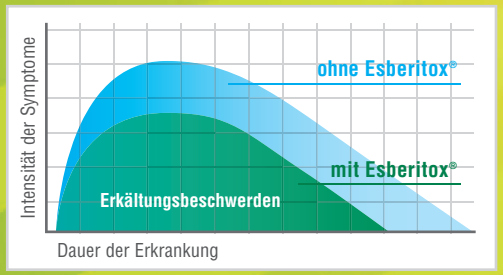
- **Mit frischem Zitronengeschmack!**

- **Ohne Lactose, ohne Zucker!**

Wissenschaftlich belegt:[2]

- **Verkürzt die Erkältung um 2–3 Tage**
- **lindert alle Erkältungssymptome**

Abklingen der Symptome des viralen Atemwegsinfekts



Schematische Darstellung eines möglichen Verlaufs

[1] 16 mg Trockenextrakt aus pflanzlichen Wirkstoffen pro Tablette, i. Vgl. zu 3,2 mg Pflanzenextrakt in Esberitox® Tabletten

[2] Studie mit wirkstoffgleichem Produkt durchgeführt: Quelle: Henneicke-von Zepelin, H.-H., et al., Current Medical Research and Opinion, Vol.15 (1999): 214 –227.

Esberitox® COMPACT – Wirkung compact!

Das neue Esberitox® COMPACT ist ein Phyto-Präparat der neuesten Generation: In einem exakt abgestimmten Verhältnis werden die Phyto-Wirkstoffe Lebensbaum, Färberhülse und Sonnenhut gemischt, schonend extrahiert und 5-fach konzentriert. Das Resultat: eine pflanzlich hochwirksame Kombination, die die antiviralen und immunstimulierenden Eigenschaften der drei Pflanzen vereint.

Mit gutem Riecher für Kunden-wünsche!

Gegen die 5-fach konzentrierte Phyto-Power im neuen Esberitox® COMPACT haben es Erkältungsviren schwer. Aber umso leichter haben Sie es jetzt in der Beratung! Denn mit Esberitox® COMPACT haben Sie starke Argumente auf Ihrer Seite:

„5-fach konzentrierte Phyto-Power – das hat nur das neue Esberitox® COMPACT!“

„Wissenschaftlich bewiesen: Esberitox® COMPACT wirkt gegen alle Symptome und verkürzt die Erkältung um 2–3 Tage!“

„Die Einnahme ist ganz leicht: Einfach 3x täglich eine Tablette – das war’s!“

„Keine Chemie: Esberitox® COMPACT wirkt rein pflanzlich!“

„Esberitox® COMPACT hat einen frischen Zitronengeschmack und ist zuckerfrei!“

Nase auf – und Karibik-Spaß compact gewinnen!

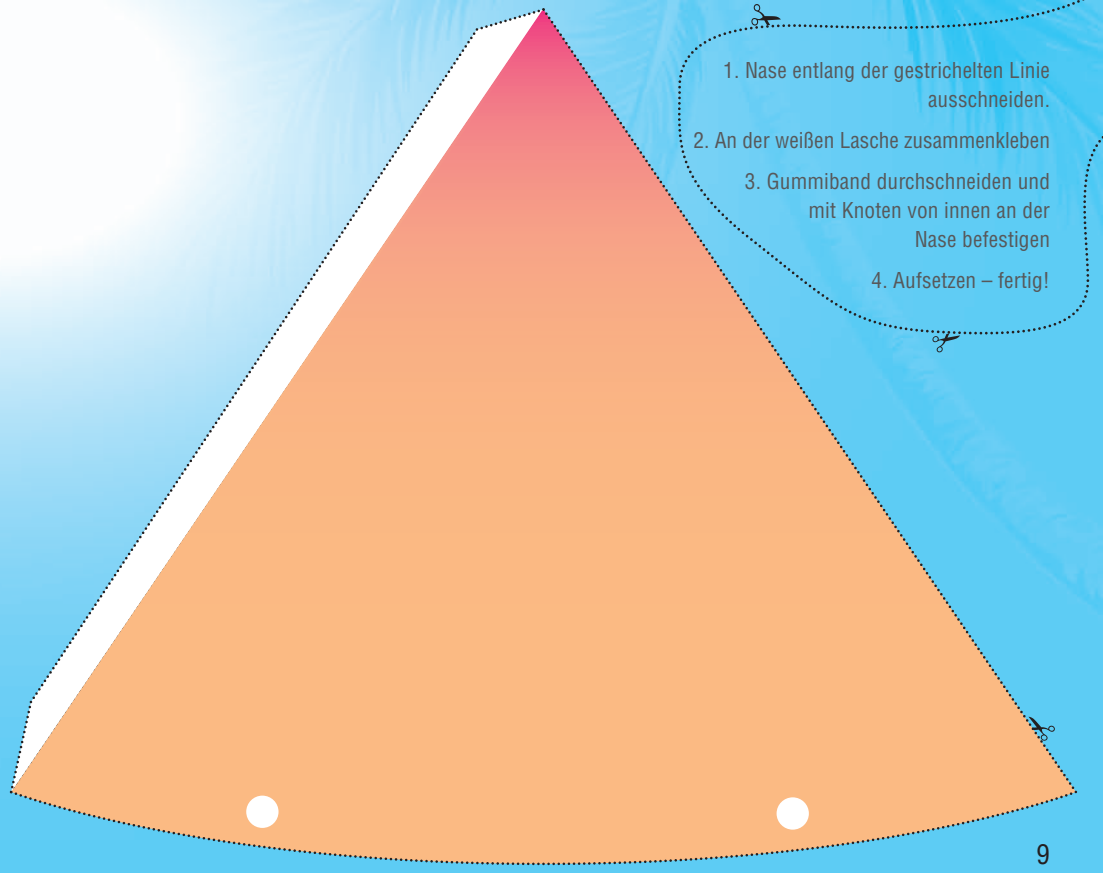
Schon gesehen? Das Werbemotiv für das neue Esberitox® COMPACT ist ein echtes (Nasen-) Spitzenmotiv – und bringt das Thema Erkältungsverkürzung so richtig auf den Punkt.

Zeigen auch Sie der Erkältung die lange Nase!
und vor allem: Zeigen Sie es uns. Denn das schönste oder verrückteste Nasenbild wird belohnt.

So funktioniert's:

Schneiden Sie die Esberitox® COMPACT Nase aus, kleben Sie sie zusammen und befestigen Sie ein Gummiband. Fotografieren Sie sich oder eine Kollegin mit der Nase – dabei das lustig Gucken nicht vergessen!
Schicken Sie Ihr kleines Kunstwerk bis 31.10.2013 per E-Mail an: hallo@immunnews.de – eine Jury von Fachnasen entscheidet dann, wer gewinnt.

So sehen Gewinner aus! Also gleich die Esberitox® COMPACT Nase ausschneiden, zusammenkleben und ein lustiges Foto machen!



Enten-Erbgut gegen Vogelgrippe?

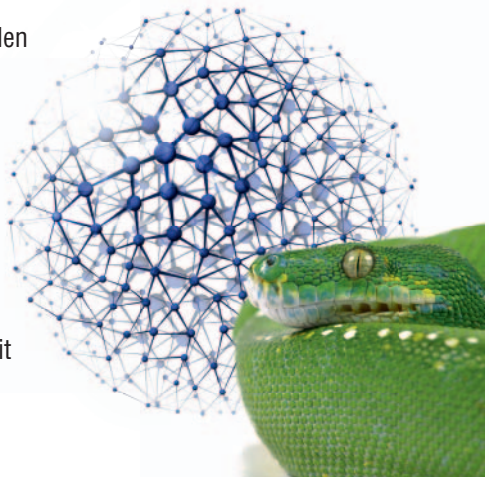
Die Stockente ist zwar häufig mit Vogelgrippeviren infiziert, zeigt in der Regel aber keine Krankheitssymptome. Ein internationales Forscherteam in China entschlüsselte jetzt das Erbgut der Stockente und entdeckte dabei den (vermutlichen) Grund der ungewöhnlichen Abwehrkräfte. Das Genom der Ente weist immunrelevante Gene auf, die andere Arten wie Haushuhn, Truthahn und Zebrafink nicht besitzen. Die Wissenschaftler hoffen jetzt, dass diese neue Erkenntnis beim Kampf gegen die Vogelgrippe helfen wird.

Marienkäfer mit „Biowaffen“ ist heimischer Art überlegen

Ein neuer Gast in unseren Gärten, der asiatische Marienkäfer der Art Harmonia axyridis, macht seiner deutschen Verwandtschaft schwer zu schaffen. Durch ein außergewöhnlich effizientes zweistufiges Immunsystem ist er wesentlich widerstandsfähiger als heimische Marienkäfer. Doch nicht nur das bringt sie in Bedrängnis: Die Körperflüssigkeit des asiatischen Krabblers enthält zudem winzige Mikrosporidien, gegen die er selbst resistent ist. Fressen jedoch die deutschen Verwandten Eier und Larven der Konkurrenten – das ist bei Marienkäfern üblich – dann infizieren sie sich mit den Parasiten und sterben.

Nanoschwämme: „Staubsauger“ gegen Toxine im Blut

Mit so genannten Nanoschwämmen aus Kunststoff wollen Wissenschaftler in Zukunft Vergiftungen durch z. B. Bakterientoxine oder Schlangengifte behandeln. Vor der Verwendung bekommen die winzigen Kugeln eine Art Hülle aus körpereigenen Zellen, damit das Immunsystem sie nicht attackiert. Das Gift dagegen dringt in die Schwämme ein, wird von ihnen gespeichert und zusammen mit dem Kunststoff in der Leber abgebaut. Bislang wurden die Schwämme nur an Mäusen erfolgreich getestet, die Forscher hoffen aber, in Zukunft damit auch Menschen helfen zu können.



„Der kleine Unterschied“ – auch bei Erkältungen

Dass der „kleine Unterschied“ bei der Aufgabenverteilung im Haushalt oder der Anzahl der täglich gesprochenen Worte tatsächlich existiert, stellt vermutlich niemand in Frage. Doch auch bei einer Erkältung bzw. ihrer Behandlung bestehen geschlechterspezifische Unterschiede: **Während Frauen die ersten Anzeichen wie Halskribbeln oder leichtes Husten bereits relativ früh spüren und entsprechend handeln, sind Männer in dieser Hinsicht eher Spätmerker.**

Nicht nur das Reaktionsvermögen reagiert bei einer Erkältung typisch „männlich“ oder „weiblich“, auch das Immunsystem selbst arbeitet geschlechterspezifisch. So sind Jungen deutlich anfälliger für Schnupfenviren als Mädchen. Eine Tatsache, die sich im Erwachsenenalter fortsetzt: Jüngere Frauen sind besser gegen Infektionen gewappnet als Männer. Verantwortlich dafür ist vermutlich die unterschiedliche „Ausstattung“ mit Geschlechtshormonen. Das schlossen Mediziner aus den Ergebnissen einer klinischen Studie[1].

Ebenfalls schuld an der späten männlichen Reaktion: die Erziehung, durch die in vielen Familien noch immer die typische Rollenverteilung geprägt wird. Das „starke“ Geschlecht oder der „ganze Mann“ zeigen eben weder Gefühl noch (vermeintliche) Schwäche.

[1] „Adaptive immunity to rhinoviruses: sex and age matter“; Melanie L. Carroll et. al. Respiratory Research 2010, 11:184

Die Folgen dieser männlichen Verzögerungstaktik finden sich in den deutschen Arztpraxen: hier sitzen deutlich mehr Männer mit chronifizierten Erkältungs- und Grippebeschwerden als Frauen. Denn auch wenn ein Arztbesuch für viele Männer eine echte Herausforderung darstellt: Andauernden Husten, ständige Kopfschmerzen oder immer wiederkehrende Fieberschübe kann selbst „er“ irgendwann nicht mehr ignorieren. Mit Glück kommt der Termin grade noch rechtzeitig. Spätestens jetzt braucht das Immunsystem nämlich dringend Unterstützung, damit seine ständige Überforderung nicht zu einer chronischen Rhinosinusitis, Bronchitis oder sogar Lungenentzündung führt.

Medizin-Mythen unter der Lupe

Wer kennt sie nicht, diese schlauen Sprüche, die unserer Gesundheit zuträglich sein sollen? Doch wie viel Wahrheitsgehalt steckt eigentlich in ihnen? Wir haben sie uns mal genauer angesehen …

1. „Sitz gerade, du machst dir den Rücken kaputt!“

Das Gegenteil ist der Fall: Beim aufrechten Sitzen herrscht ein zu starker Druck auf die Bandscheiben und kleinen Wirbelgelenke. Sinnvoller dagegen ist es, sich leicht zurückzulehnen und öfter die Sitzposition zu wechseln. Häufiges Aufstehen ist ebenfalls empfehlenswert, da so der Druck auf die Bandscheiben und Wirbelsäule variiert.

2. „An frischer Luft heilen Wunden viel besser!“

Das ist ein Irrtum: Das vielgelobte Trocknen verzögert den Heilungsprozess bei offenen Wunden, da sich die Wunde später schließt. In einer feuchten Umgebung kann sich Wundsekret sammeln, das für den Transport wichtiger Heilstoffe, wie Enzyme, Antikörper oder Hormone zuständig ist.

3. „Der Schlaf vor Mitternacht ist am wichtigsten!“

Auch dieser Satz ist so nicht haltbar. Richtig ist, dass die ersten beiden Schlafstunden (REM-Phase = rapid eye movement) am intensivsten sind. Ob diese nun vor oder nach Mitternacht stattfinden, ist im Grunde egal. Wichtiger ist das Einhalten des persönlichen Schlafrhythmus.

4. „Lachen ist gesund“

Endlich mal eine Weisheit, die wir voll und ganz bestätigen können. Dies ist sogar durch Studien belegt: Lachen ist gut für die Gefäßgesundheit[1], vermindert das Schmerzempfinden[2] und Optimisten leben länger und gesünder[3].

[1]„Laughter helps blood vessels function better“, Michael Miller, University of Maryland School of Medicine, 2005; [2]„Social laughter is correlated with an elevated pain threshold“, Robin Dunbar, University of Oxford, 2011; [3]„Optimism, Cynical Hostility, and Incident Coronary Heart Disease and Mortality in the Women's Health Initiative“ Hilary A. Tindle, University of Pittsburgh, 2009

Compact trifft fruchtig:

Falafel & Apfelbowle

Falafel

Ob im Fladenbrot oder zu Salat: Die würzigen Kugeln schmecken einfach köstlich

Zutaten (für 4 Personen)

250 g getrocknete Kichererbsen, 1 Zwiebel, 5 Knoblauchzehen, 1 Bund Koriander , je 1 EL gemahlener Koriander & Kreuzkümmel, 2 TL Salz, Pfeffer, 50 g Bulgur, 1 TL Backpulver, Frittierfett

Zubereitung

Kichererbsen über Nacht einweichen, abgießen, abspülen (auf keinen Fall Kichererbsen aus der Dose verwenden). Mit Gewürzen im Mixer pürieren und abschmecken. Am Schluss Bulgur und Backpulver untermischen, verkneten, wallnussgroße Bällchen formen und im Frittierfett goldbraun ausbacken.

Apfelbowle

Herrlich erfrischender Saisongenuss für laue Spätsommerabende

Zutaten (für 8 Gläser)

4 säuerliche Äpfel, 100 ml Calvados, 1 l Cidre, ½ l klarer Apfelsaft, frische Minze

Zubereitung

Äpfel schälen, entkernen, zerkleinern und mit Calvados begießen, dann ca. 30 Min. marinieren. Mit gekühltem Cidre und Apfelsaft auffüllen und mit der Minze servieren.

Wer war eigentlich… Robert Koch

Esberitox
IMMUNhistory

Das renommierte Robert-Koch-Institut begegnet Ihnen in Ihrer Arbeit sicher häufig, aber hätten Sie beim Namensgeber neben großen medizinischen Leistungen auch Skandale und Affären vermutet?

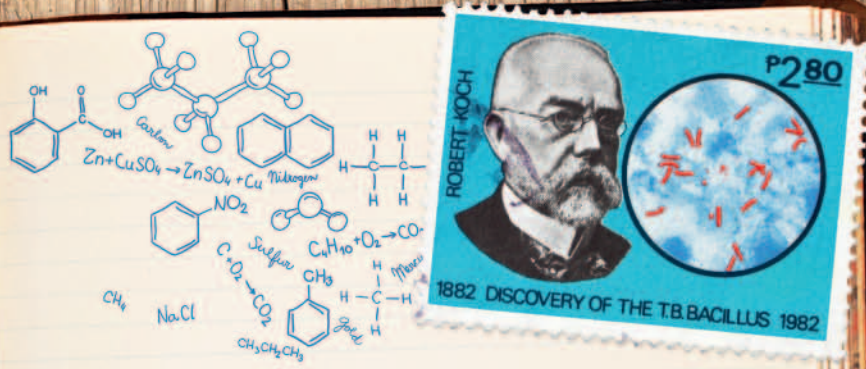
Die Errungenschaften von Robert Koch sind unbestritten: Als hochbegabter Mediziner und Mikrobiologe hat er Hervorragendes geleistet. Wie bei vielen großen Köpfen gibt es aber auch bei ihm noch eine andere Seite …

Vom Landarzt zum Nobelpreisträger

Bei seinen verschiedenen beruflichen Stationen – unter anderem als Land- und Kreisarzt – verbringt Robert Koch seine Freizeit mit der bakteriologischen Forschung. Im Jahr 1876 gelingt es ihm, den Milzbranderreger zu kultivieren und beschreiben, was ihm 1880 eine Stelle beim Kaiserlichen Gesundheitsamt in Berlin einbringt. Im Jahr 1882 kommt der wissenschaftliche Durchbruch: Koch beweist als erster, dass ein Bakterium die Ursache für eine Erkrankung ist, und zwar für die seinerzeit weitverbreitete Tuberkulose. So etabliert er die Bakteriologie als Form der Krankheitsbestimmung – weg vom Patienten, hin zum experimentellen Definieren von Erregern im Labor. Für seine Leistungen erhält er im Jahr 1905 den Nobelpreis.

Tuberkulin – erst Hype, dann Flop

Bevor ein Arzneimittel heute auf den Markt kommt, wird es in zahlreichen Studien umfangreich auf seine Unbedenklichkeit geprüft. Zur Zeit Robert Kochs war das noch anders: So proklamiert Koch im August 1890 die Entdeckung eines Heilmittels, welches das Wachstum der Tuberkulosebakterien aufhalten würde. Die bloße Ankündigung aus seinem Mund löst Begeisterungsstürme aus: Massen von Tuberkulosekranken pilgern nach Berlin und lassen sich behandeln. Jedoch ohne Erfolg, im Gegenteil. Tuberkulin war nicht nur wirkungslos, sondern verschlimmerte den Krankheitszustand oftmals. Nach einer vernichtenden Kritik des großen Pathologen Rudolf Virchow sieht sich Koch gezwungen, die Wirkungslosigkeit des Mittels anzuerkennen. Nach dem Tuberkulin-Skandal flieht Robert Koch nach Ägypten und hält sich seitdem nur selten in Deutschland auf.



Scheidung? Skandal!

Auch privat geht es bei Koch turbulent zu: Im Jahr seiner Promotion in Medizin 1866 gibt der 23-jährige Robert Koch überraschend seine Verlobung mit Emmy Fraatz bekannt, ein Jahr später wird geheiratet. Für die Zeit sehr ungewöhnlich ist die Scheidung von Emmy im Jahr 1890, die wohl auf seine Affäre zur erst 17-jährigen Kunststudentin Hedwig Freiberg zurückzuführen ist, die er dann drei Jahre später heiratet. Im Unterschied zur heimatverbundenen Emmy begleitet die junge Hedwig ihren Mann auf seinen abenteuerlichen Forschungsreisen im Ausland.

Raten Sie mal, wo Koch bestattet wurde…

Im Sommer 1891 wird Robert Koch erster Direktor des „Königlich Preußischen Instituts für Infektionskrankheiten“, dem heutigen Robert-Koch-Institut. Der Tuberkulin-Skandal kann seinen Ruhm nicht schmälern: Als große Berühmtheit stirbt Koch im Jahr 1910, sein Leichnam liegt noch heute im Mausoleum seines Berliner Instituts.

„Wenn ein Arzt hinter dem Sarg seines Patienten geht, so folgt manchmal tatsächlich die Ursache der Wirkung“
von: Robert Koch, 1843–1910

Gewinnen Sie Karibik-Spaß all-inclusive!

Machen Sie mit beim großen Esberitox® COMPACT Fotowettbewerb – zu gewinnen gibt's das „Fluch der Karibik" Compact-Paket mit Teil 1–4 inklusive Blu-Ray-Player. Mehr auf Seite 8!

Esberitox® COMPACT, Zusammensetzung: 1 Tablette enthält: 16 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: Mannitol (Ph. Eur.), Betadex, Citronenaroma, Glyceroldibehenat (Ph. Eur.), Magnesiumstearat (Ph. Eur.), Citronensäure-Monohydrat, Saccharin-Natrium. **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:** Überempfindlichkeitsreaktionen (z. B. Hautausschlag, Juckreiz, Gesichtsschwellung, Atemnot, Blutdruckabfall); Schwindel; Bauchschmerzen, Übelkeit, Durchfall. Zur Häufigkeit können keine Angaben gemacht werden. Stand 05/13

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 : 6000, 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:** Überempfindlichkeitsreaktionen (z. B. Hautausschlag, Juckreiz, Gesichtsschwellung, Atemnot, Blutdruckabfall); Schwindel; Bauchschmerzen, Übelkeit, Durchfall. Zur Häufigkeit können keine Angaben gemacht werden. **Warnhinweis:** enthält Lactose und Sucrose (Zucker). Packungsbeilage beachten. Stand 11/11

Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, 38259 Salzgitter

9593/0913