

Fach- und Brancheninformationen vom Schweizerischen Drogistenverband 9/10
www.drogerie.ch

Informations professionnelles et spécialisées de l'Association suisse des droguistes
www.droguerie.ch

Sicherheit geht vor

Der Berner Kantonsapotheker Samuel Steiner verrät, worauf er sein Augenmerk richtet.

S. 8

La sécurité avant tout

Samuel Steiner, le pharmacien cantonal bernois, révèle à quoi il s'intéresse en priorité.

Vorwärtsdenken und -gehen

Im Interview: Stefan Binz, Geschäftsführer der ebi-pharm AG s. 18

Penser et aller de l'avant

L'interview de Stefan Binz, directeur d'ebi-pharm SA

Auf den Zahn geföhlt

Wenn das Zahnfleisch mehr Pflege braucht.

S. 34

Pour remordre à pleines dents

Les gencives ont parfois besoin de soins spécifiques.

Menü fürs erste Jahr

Vieles hat sich in Sachen Säuglingsernährung verändert. Ein Überblick zur aktuellen Situation. S. 26

Menus pour la 1^{re} année

Bien des choses ont changé dans l'alimentation des nourrissons. Résumé des principales nouveautés.

Wechsel auf der WiF des SDV s. 14
Changement au service scientifique de l'ASD

Knackpunkt Knie s. 30
Les genoux: une articulation cruciale

Rundumpflege für die Füsse s. 38
Soins complets pour les pieds

Faltenfrei schöne Haut s. 42
Une peau belle et lisse

Setzen Sie auf Kundenbindung!



Unser Nachfüll-Konzept unterstützt Sie aktiv in der Kundenbindung und bietet Ihnen einen Mehrwert gegenüber anderen Partnern des schweizerischen Detailhandels. Das ist einzigartig! Daher lancieren wir diesen Herbst folgende Aktivitäten:



Gratis POS-Material

Dank auffallendem POS-Material erkennen Ihre Kunden, dass Sie Held eco Produkte nachfüllen. Neu ab 1. September erhältlich bei Amedis, Galexis, Held:

- > Türkleber
- > On Pack Sticker
- > Poster
- > Nachfüll-Pass
- > Karteikasten für Nachfüll-Pässe

Held eco Nachfüll-Pass

Als Zückerchen für treue Held eco Nachfüll-Kunden und zur Gewinnung neuer «Nachfüller» führen wir neu eine Kundenkarte ein. Dahinter steckt ein einfaches und attraktives System für Sie und Ihre Kunden: **Karteninhabern wird jede 10. Held Flasche gratis nachgefüllt.** Auf Wunsch werden Ihnen die Karten im praktischen Karteikasten zugestellt.

Mehr über das System und die Abrechnung lesen Sie auf www.held-clean.ch/heldnachfuellpass

Nachfüllgebilde in Aktion

Sie profitieren vom 1.9.–31.10.2010 von
10% Promotionsrabatt
auf alle Held eco Nachfüllgebilde 5l und 20l
(erhältlich bei Amedis, Galexis, Voigt, Held)

Bezugsquellen-Verzeichnis

Auf unserer Website finden Konsumenten auf Knopfdruck ihre nächste Held Verkaufsstelle oder Verkaufsstellen die den Nachfüllservice anbieten. Sind Ihre Kontaktdaten dabei? Nachträge können Sie uns an info@held-clean.ch senden und wir nehmen Sie sofort in die Datenbank auf.

Wir beraten Sie

Möchten Sie sich auch dem exklusiven Held eco Nachfüllkreis anschliessen? Unser Aussendienstmitarbeiter empfiehlt Ihnen gerne Ihr passendes Nachfüll-Sortiment. Martin Ingold freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme: ingold.martin@held-clean.ch oder Mobil 079 699 66 75.

Mit dem Held eco Nachfüll-Konzept pflegen Sie wertvollen Kundenkontakt. Bestellen Sie Ihr kostenloses POS-Material jetzt.

Bestelltalon: (bitte ausfüllen und faxen an 033 439 00 38)

Kunde: _____

Adresse: _____ PLZ / Ort: _____

Türkleber On Pack Stickers Poster Nachfüll-Pässe Karteikasten für Nachfüll-Pässe

Oder bestellen Sie Ihr POS-Material online unter www.held-clean.ch/posmaterial

Held AG, Glättemühleweg 15, 3613 Steffisburg, Telefon 033 439 00 39, Fax 033 439 00 38,
HOTLINE 0800 435 336, info@held-clean.ch www.held-clean.ch



Editorial

Alterserscheinungen



Es gehört zu den Erscheinungen des Älterwerdens, stets zu glauben, früher sei alles besser gewesen. Gemeint sind hauptsächlich die Umstände, die bessere Arbeitsplatzsicherheit, die tiefere Kriminalitätsrate, die stärkere Moral, der Mensch und die Welt überhaupt. Aber auch mit sich selber gehen Alternde vielfach hart ins Gericht: Sehschärfe und Energie lassen nach, das Gedächtnis ist auch

nicht mehr das, was es einmal war, das Haar wird grau, die Haut schlaff. Manche wehren sich dagegen mit allen Mitteln.

Logisch – denn ob Kosmetik, Wellness oder Chirurgie – die vermeintlich ewige Jugend ist nicht billig zu haben. Über die neusten Trends bei den legalen Pflegetricks lesen Sie ab Seite 42).

Ob des Jugendwahns gehen zu gern die positiven Seiten des reifen Lebens vergessen. Reiche Erfahrungen und Verdienste, die auch anderen zugute kommen, etwa. Das beste Beispiel für solche Leistungen ist Rolando Geiser, der 28 Jahre lang die Wissenschaftliche Fachstelle (WiF) des Schweizerischen Drogistenverbands (SDV) mit viel Engagement leitete. Eine Würdigung seines Schaffens findet sich ab Seite 14. Im wohlverdienten Ruhestand wird es ihm kaum langweilig werden, denn seine Tatkraft und Begeisterungsfähigkeit haben über die Jahre nicht abgenommen. Der Wechsel gehört nun mal zum Lauf der Dinge. Halten wir es am besten mit Robert Lembke, der einst gesagt haben soll: «Alt werden ist natürlich kein reines Vergnügen. Aber denken wir an die einzige Alternative.»

Franziska Linder

Impressum d-inside

Offizielles Organ des Schweizerischen Drogistenverbands, Postfach 3516, 2500 Biel 3;
Geschäftsführung: Martin Bangerter; Redaktion: Heinrich Gasser (hrg)/Chefredaktion, Flavia Kunz (fk)/Chefredaktorin Stv., Katharina Rederer (kr), Ann Kugler (akr); Layout: Odette Montandon; Übersetzung: Claudia Spätig, Daphné Grekos, Laurence Strasser; Anzeigenverkauf: Nadia Bally, Alexandra Kunz, Tel. 032 328 50 51, inserate@drogistenverband.ch; Abonnemente: Antonella Schilirò, Tel. 032 328 50 30, info@drogistenverband.ch; ISSN 1662-338X; Fr. 75.–/Jahr, 2. Abonnement Fr. 56.–, zuzüglich 2,4% MwSt; Druck: Swiss Printers AG, Zofingen
Titelbild: prismaonline.ch

d-inside ist das Medium der «Angestellte Drogisten suisse»:

Geschäftsstelle und Rechtsberatung: Barbara Pfister, Gerbergasse 26,
Postfach 644, 4001 Basel, Telefon 061 261 45 45; Mitgliederwesen und Kasse:
Reto Karich, Boswil AG; Internet: www.drogisten.org, info@drogisten.org



Les signes de l'âge

Penser constamment que tout était mieux avant fait partie des nombreux signes du vieillissement. Cela concerne surtout les circonstances extérieures, comme une meilleure sécurité de l'emploi, un taux moins élevé de criminalité, une morale plus présente, une humanité meilleure et un monde, en général, plus agréable. Mais les personnes âgées sont aussi parfois très sévères avec elles-mêmes: leur acuité visuelle et leur énergie diminuent, leur mémoire n'est plus aussi vive qu'autrefois, leurs cheveux deviennent gris et leur peau flasque. Certaines personnes ne lésinent pas sur les moyens pour contrer les effets de l'âge. Et il faut bien ça car, que ce soit par la cosmétique, le wellness ou la chirurgie, la jeunesse éternelle n'est pas bon marché. Découvrez, page 42, les nouvelles tendances en matière de méthodes légales de traitement anti-âge. Cette envie folle de conserver la jeunesse fait souvent oublier les côtés positifs de l'âge mûr. La richesse des expériences accumulées au fil des ans, les mérites récoltés et les services rendus. La personne qui illustre le mieux cela est sans aucun doute Rolando Geiser qui s'est engagé pendant 28 ans à la tête du service scientifique de l'ASD. Page 14, vous pourrez lire un hommage rendu à son travail. Il ne risque guère de s'ennuyer durant sa retraite car son énergie et son enthousiasme sont restés intacts au fil des ans. Un tel changement fait tout simplement partie du cours de la vie. Mieux vaut donc considérer les choses comme Robert Lembke, journaliste allemand, à qui l'on attribue cette pensée: «Vieillir n'est certainement pas une pure partie de plaisir. Mais pensons donc à l'unique autre alternative.»

Franziska Linder



Foto: zvg

Ein Tee-Garten zum Jubiläum

20 Jahr Drogerie Roth – Das muss speziell gefeiert werden, sagte sich **Thomas Roth**. Und gönnte nicht nur seiner Drogerie einen neuen Auftritt, sondern richtete mit Hilfe regionaler Firmen daneben gleich noch eine lauschige Teeoase für den Monat Juni ein – damit auch das neue Grün- und Biotee-Sortiment der Drogerie bekannt wurde. Die erste Junihälfte war zwar etwas gar zu verregnet, doch die Zweite dafür umso sonniger. Da wurde die Umwandlung des öden Vorplatzes zu einer gemütlichen «Oase» gar zum Dorfgespräch und Treffpunkt. Für gute Resonanz sorgte auch, dass das im Tee-garten erwirtschaftete Geld einem guten Zweck gespendet wurde, nämlich Dr. Beat Richners Projekt «Beatocello». Thomas Roth zum einmaligen Projekt: «Unser Ziel das 20jährige Jubiläum bekannt zu machen und unser neues, exklusives japanisches Grün-teesortiment von **Peter Oppliger** ins Gespräch zu bringen, ist erreicht.» *fk*

Nasensprays:

Oxymetazolin stoppt Entzündung

Das α -Sympathomimetikum Oxymetazolin hat nicht nur abschwellende Wirkung, sondern hemmt auch entzündliche Prozesse bei Schnupfen. Wie Forscher herausfanden, sorgt es für die Bildung von Lipoxinen, die dem Entzündungsgeschehen ein Ende setzen. Dies könnte eine Erklärung sein, wieso der Gebrauch des abschwellenden Nasensprays die Erältungsdauer von sechs auf vier Tage verkürzt, wie eine placebokontrollierte Studie mit etwa 250 Patienten bereits 2005 gezeigt hatte. Darüber hinaus stellte sich in In-vitro-Versuchen heraus, dass Oxymetazolin verschiedene Entzündungsmediatoren positiv beeinflusst, zum Beispiel Prostaglandine und Leukotriene.

pharmazeutische-zeitung.de

Schwache Herzen lassen Gehirne altern

Die Gesundheit von Herz und Hirn hängen eng zusammen, haben US-Mediziner entdeckt: Erbringt das Herz beim Pumpen

eine eher unterdurchschnittliche Leistung, altert das Gehirn schneller. Das gilt selbst dann, wenn keine Herz-Kreislauf-Erkrankung vorliegt und die Pumpleistung am unteren Ende des Normbereichs liegt – ein Befund, den die Wissenschaftler nach eigenen Angaben überraschend und auch beunruhigend finden. Ob die beschleunigte Hirnalterung allerdings auf Dauer tatsächlich Auswirkungen auf die geistige Leistungsfähigkeit hat, müsse erst in weiteren Studien untersucht werden, sagen die Forscher. Es sei daher noch etwas früh, konkrete Empfehlungen auszusprechen. *wissenschaft.de*

Reckitt Benckiser will SSL übernehmen

Der britische Konsumgüterkonzern Reckitt Benckiser will den kleineren Konkurrenten SSL übernehmen. Reckitt Benckiser ist hierzulande durch Marken wie Clearasil, Sagrotan oder Calgon bekannt, SSL steht hinter Durex und Scholl. Reckitt Benckiser rechnet damit, dass SSL die Nettoumsätze seiner Drogerie-Sparte

um 36 Prozent auf etwa 2,8 Milliarden Pfund steigern wird. Das ist rund ein Drittel der Nettoumsätze der gesamten Gruppe. *handelszeitung.ch*

SchulungsForum 2011

Vom **10. bis 13. April 2011** findet an der Höheren Fachschule für Drogistinnen und Drogisten (ESD) das nächste Schulungs-Forum statt. Das Thema: **Die Fünf Sinne**. Reservieren Sie sich das Datum bereits heute!

Arabinogalaktan schützt vor Allergien

Landkinder sind möglicherweise durch einen Stoff im Stallstaub besser vor Allergien geschützt als Stadtkinder. Forscher haben herausgefunden, dass ein Zuckermolekül von Futterpflanzen auf das Immunsystem wirkt. Das sogenannte Arabinogalaktan kommt in grossen Mengen in Gräsern wie dem Wiesenfuchschwanz vor. Der Stoff hindere im Mäuseexperiment das Immunsystem an überschiessenden Abwehrreaktionen, teilte die Ruhruniversität Bochum mit.

pharmazeutische-zeitung.de



14. November 2010
Datum jetzt reservieren!

Delegiertenversammlung Generalversammlung

Am Sonntag, 14. November, lädt der Schweizerische Drogistenverband (SDV) ins

Verkehrshaus Luzern ein.

Am Morgen findet die Delegiertenversammlung und am Nachmittag die Generalversammlung statt.

Für die GV sind sämtliche SDV-Mitglieder eingeladen. Die Einladungen für die GV sowie die Unterlagen für die Delegierten werden gemäss Statuten rechtzeitig versandt.

Neuer Leiter «Health Care» der Melisana AG



Per 1. August 2010 hat **Daniel Grob** die Leitung des neu geschaffenen Bereiches «Health Care» bei der Melisana AG übernommen.

Zum Bereich «Health Care» zählen sämtliche Produkte der Melisana, mit Ausnahme der Kosmetiklinie Biokosma. Der 32-jährige Drogist HF führte längere Zeit die dropa Drogerie in Unterentfelden (AG) und hat Anfang Jahr das Studium zum EMBA (Executive Master of Business Administration) abgeschlossen.

Zukunftsinstitut benennt Mikrotrends

In einer Studie hat das deutsche Zukunftsinstitut insgesamt 50 sogenannte Mikrotrends ausgemacht und zusammengefasst. «Gesundheit als Lebensstil» oder «Health-to-go» nennt sich beispielsweise ein Trend, der bereits jetzt europaweit für wachsende Umsätze sorgt. Für ihr persönliches Wohlergehen würden Verbraucher in Zukunft viel investieren. EU-Experten gehen von einem jährlichen Umsatzwachstum von elf Prozent aus, allein in diesem Jahr sind dies voraussichtlich 24,6 Millionen Euro. Als exemplarisch für diese Entwicklung nennt die Studie die Zusammenarbeit von Modedesigner Wolfgang Joop mit dem Medizinproduktehersteller Medi. Heraus kam die gemeinsam entwickelte Kompressionsstrumpfkollektion mit dem Namen «mJ-1». Mit dieser Cross-Innovation konnten neue Zielgruppen gewonnen werden, die sich normalerweise schon aus ästhetischen Gründen gegen das Tragen von Kompressionsstrümpfen entschieden hätten. [zukunftsinstitut.de](http://www.zukunftsinstitut.de)

Musikhören verschlechtert die Leistung

Beim Hausaufgabenmachen Musik zu hören, ist keine gute Idee: Die Leistung verschlechtert sich durch die Hintergrundberieselung – und zwar unabhängig davon, ob der Hörer die abgespielten Songs mag oder nicht. Das haben britische Wissenschaftler nun in Tests mit Freiwilligen he-

rausgefunden. Sie empfehlen daher, die anregende Wirkung von Musik vor dem Erledigen einer Aufgabe zu nutzen, sich zum Lernen selbst aber besser ein ruhiges Plätzchen zu suchen.

wissenschaft.de

Sunblocker aus der Natur

In den feinen Haftwurzeln des Efeus liegt möglicherweise der Schlüssel zu verbesserten Sonnenschutzmitteln. Zu diesem Schluss sind US-Forscher gekommen, nachdem sie die Haftorgane genauer unter die Lupe genommen hatten, mit deren Hilfe sich die Kletterpflanze an Bäumen und Wänden festhalten kann. Die Wissenschaftler entdeckten im von der Pflanze produzierten Klebstoff Nanopartikel, die UV-Licht bis zu viermal so gut abhalten könnten wie die bisher häufig eingesetzten Metalloxidnanopartikel. In ersten Laborversuchen mit Säugetierzellen wurden die Efeu-Nanopartikel gut vertragen. Zudem sollen sie nur schwer in die Haut eindringen und leicht biologisch abbaubar sein. wissenschaft.de

Aufklärungskampagne zu Arthrose

Wenn Gelenke heimlich altern: Vom 1. bis 8. September 2010 bietet die Rheumaliga Schweiz der Bevölkerung zehn interaktive Gesundheitstage zur Volkskrankheit Arthrose. Die Nachmittagsveranstaltungen finden in zehn Schweizer Städten statt. Mehr Infos gibts unter rheumaliga.ch

Neues Falblatt



«Jod – ein wichtiger Mineralstoff für Kinder und Jugendliche» so heisst das neue Falblatt des Bundesamtes für Gesundheit. Das

Falblatt soll die Bedeutung von Jod für Kinder und Jugendliche aufzeigen und Anregungen geben, wie mit einer ausgewogenen, gezielten Ernährung eine ausreichende Jodzufuhr erreicht werden kann. Kostenlose Exemplare – auch zum Auflegen – können direkt unter www.bundespublikationen.admin.ch bestellt werden.

Verwandlungskünstler im Darm

Salmonellen und den von ihnen ausgelösten Durchfallerkrankungen ist schwer beizukommen: Die Bakterien sind gegen viele Antibiotika resistent und entgehen auch den Waffen des Immunsystems. Den Grund dafür hat nun ein internationales Forscherteam entdeckt: Drei mutierte Gene sorgen für eine hohe Anpassungsfähigkeit des Bakteriums. Das veränderte Bakterium baut sich spezielle Proteine und reagiert damit passend auf die meisten Gegenreaktionen der gestressten Wirtszelle. wissenschaft.de

Hirnveränderungen bei Reizdarmsyndrom entdeckt

US-amerikanische und kanadische Wissenschaftler haben spezifische Veränderungen im Gehirn von Patienten mit einem Reizdarmsyndrom festgestellt. Der Befund verleiht der Krankheit, die lange in die Ecke der psychosomatischen Beschwerden gedrängt wurde, eine organische Komponente. deutsche-apotheker-zeitung.de

Gute Freunde sorgen für längeres Leben

Ein gutes Netzwerk aus Freunden und Nachbarn erhöht die Lebenserwartung deutlich. Zu diesem Schluss kommen Wissenschaftler der Brigham Young University, die Daten von fast 150 Studien zu den Themen Lebensalter und soziale Verbindungen ausgewertet haben. Sie haben berechnet, dass wenige Freunde zu haben genauso schädlich ist, wie 15 Zigaretten am Tag zu rauchen oder ein Alkoholiker zu sein. Das Team geht davon aus, dass ein Mensch, der sich um andere kümmert, auch besser für sich selbst sorgt. *pte*

Das Skelett ist ein Diabetes-Verursacher

Das Skelett spielt eine entscheidende Rolle bei der Kontrolle des Blutzuckers und könnte Wissenschaftlern zufolge eine Ursache für Diabetes sein. Tests an Mäusen haben ergeben, dass die permanente Veränderung der Knochenmasse auch dabei hilft, gesunde Glukose-Werte im Blut aufrechtzuerhalten. Das Hormon Osteocalcin scheint dabei das Bindeglied zu sein. Ein Forscherteam vom Columbia ▶

University Medical Center hofft nun darauf, dass diese Forschungsergebnisse zu neuen Medikamenten für die Behandlung von Typ-2-Diabetes beitragen könnten. *pte*

Copernicium: Neues Element getauft

Das derzeit schwerste Element des Periodensystems heisst seit Mitte Juli offiziell Copernicium. Seine Entdecker um Professor Sigurd Hofmann am GSI-Helmholtz-Zentrum für Schwerionenforschung in Darmstadt arbeiten bereits an einem Nachfolger. *pharmazeutische-zeitung.de*

Scharfes Früchtchen



Foto: pixelo.de

Der Chili-Scharfmacher Capsaicin hat eine entspannende Wirkung auf die Blutgefässe und senkt dadurch den Blutdruck. Das haben chinesische Forscher an Laborratten gezeigt, die unter chronischem Bluthochdruck litten. Die kontinuierliche Aufnahme von Capsaicin über die Ernährung führte bei den Versuchstieren zu einer vermehrten Ausschüttung von Stickstoffmonoxid. Dieser Botenstoff führt zur Entspannung der Blutgefässe, erklären die Wissenschaftler das Wirkprinzip des scharfen Inhaltsstoffs der Chilischote. Einen Hinweis darauf, dass Capsaicin auch beim Menschen den Blutdruck senkt, sehen die Wissenschaftler in der geringeren Verbreitung von Bluthochdruck bei Bevölkerungsgruppen mit hohem Konsum von Chilis. *wissenschaft.de*

Intelligenter Wundverband verabreicht Antibiotika

Ein Wundverband mit einer Medikamentenschicht könnte eine Hauptstütze bei der Behandlung von Verbrennungen werden. Mit Nanopartikeln überzogen entdeckt er gefährliche Bakterien in einer Wunde und reagiert durch die Absonderung von Antibiotika. Forscher von der University of Bath erklären die Bedeutung seiner Entwicklung damit, dass 50 Prozent der Menschen, die an Verbrennungen sterben, die direkten Folgen der Infektion nicht überleben. *pte*

Restrukturierung bei Thurella

Die Thurella AG wird sich in Zukunft auf die strategischen Geschäftsfelder Biotta und Grundstoffe für Obst- und Gemüsesäfte konzentrieren. Die Umsetzung dieser Strategie wird in den kommenden Monaten schrittweise erfolgen und führt zur Schliessung des Abfüllbetriebes in Eglisau sowie zu personellen und organisatorischen Anpassungen in der Administration in Egnach. Das Unternehmen gab Mitte Juli bekannt, dass bis Ende Jahr rund 100 Arbeitsplätze verloren gehen. *pte*

Bei Zöliakie auf Vitamin D und K achten

Kinder, die an Zöliakie leiden, sind einer aktuellen Untersuchung zufolge häufig mit Vitamin D und K unterversorgt. Da diese Vitamine unter anderem für den Knochenaufbau wichtig sind, sollte zur Prävention einer späteren Osteoporose hier unbedingt gegengesteuert werden. *deutsche-apotheker-zeitung.de*

EU gibt Novartis grünes Licht

Die EU-Aufsichtsbehörden gaben Anfang August grünes Licht für den Kauf eines Mehrheitsanteils an Alcon. Um den Weg frei zu machen, hatte Novartis zugesagt, sich von einigen Produkten in der Augenheilkunde zu trennen. Das Unternehmen will 52 Prozent der Alcon-Anteile vom bisherigen Mehrheitseigentümer – dem Lebensmittelkonzern Nestlé – kaufen. Novartis hält dann insgesamt 77 Prozent an Alcon und hofft, sich den Rest später zu sichern. Alcon wurde 1945 gegründet und beschäftigt mehr als 15000 Menschen. Der Umsatz des Augenheil-Weltmarktführers lag im vergangenen Jahr bei 6,5 Milliarden Dollar. *cash.ch*

Coffein für die Muskeln

Coffein hilft offenbar nicht nur den kleinen grauen Zellen auf die Sprünge. Laut englischen Forschern steigert das Xanthinderivat auch die Muskelkraft. *deutsche-apotheker-zeitung.de*



Peter Heinzer

Telefon 041 818 00 03

«**Strategische**

Entscheidungen sind zu wichtig,
um auf eine Zweitmeinung
zu verzichten»

www.adroplan.ch

adroplan ●●●
BERATUNG DIE WIRKT

A vos agendas: forum de formation 2011

Le prochain forum de formation se déroulera du **10 au 13 avril 2011** à l'Ecole supérieure de droguerie (ESD) de Neuchâtel. Le thème retenu: **les cinq sens**. Notez donc immédiatement ces dates dans vos agendas!

Nouvelle brochure

«L'iode – un oligo-élément essentiel pour les enfants et les adolescents», tel est le titre de la nouvelle publication de l'Office fédéral de la santé publique. Ce dépliant vise à démontrer l'importance de l'iode pour les enfants et les adolescents et suggère comment en consommer en suffisance par le biais d'une alimentation équilibrée et ciblée. Vous pouvez commander des exemplaires gratuits – aussi pour en distribuer – sur le site www.bundespublikationen.admin.ch.

Du piquant pour les artères

La capsaïcine, principe actif qui donne son piquant au piment, a une action décontractante sur les vaisseaux sanguins et permet ainsi d'atténuer l'hypertension. C'est ce que des chercheurs chinois ont démontré en administrant de la capsaïcine à des rats souffrant d'hypertension chronique. Les rongeurs qui ont régulièrement consommé ce principe actif ont produit plus de monoxyde d'azote. Ce neurotransmetteur favorise la détente des vaisseaux sanguins, déclarent les chercheurs pour expliquer le principe d'action de la capsaïcine. Les scientifiques supposent que la capsaïcine pourrait aussi se révéler efficace chez l'homme puisque les cas d'hypertension sont moins fréquents dans les populations qui consomment beaucoup de piments.

wissenschaft.de

La faiblesse du cœur fait vieillir le cerveau

Des médecins américains ont découvert que la santé du cœur et celle du cerveau sont étroitement liées. Lorsque le cœur peine anormalement pour pomper, le vieillissement du cerveau s'accélère. Et ce même si la personne n'a pas de maladie cardiovasculaire et que les performances de pompage sont inférieures à la moyenne. Un constat que les scientifi-

ques ne s'expliquent pas. Ils cherchent maintenant à déterminer si l'accélération du vieillissement cérébral a effectivement, à long terme, des effets sur les facultés intellectuelles. *wissenschaft.de*

Salmonelles: championnes de l'adaptation

Difficile de se débarrasser des salmonelles et des maladies (diarrhées) qu'elles provoquent. Ces bactéries résistent à bon nombre d'antibiotiques et passent à travers les mailles du système immunitaire. Une équipe internationale de chercheurs vient de comprendre pourquoi: trois gènes ayant muté expliquent les exceptionnelles facultés d'adaptation de ces bactéries. Lesquelles peuvent fabriquer des protéines spéciales et donc réagir idéalement à la plupart des réactions de défense des cellules hôtes stressées. *wissenschaft.de*

Reckitt Benckiser veut reprendre SSL

L'entreprise britannique Reckitt Benckiser veut reprendre son concurrent plus petit: SSL. Reckitt Benckiser est connu en Suisse à travers des marques comme Clearasil, Sagrotan ou Calgon; SSL pour Durex et de Scholl. L'entreprise entend rehausser son secteur droguerie de quelque 36% à 2,8 milliards de livres, soit environ un tiers du chiffre d'affaires net global du groupe. *handelszeitung.ch*

La musique nuit aux performances

Ecouter de la musique en faisant ses devoirs? Mauvaise idée! Le bruit de fond nuit aux performances – et ceci indépendamment du fait que l'auditeur aime ou pas les chansons qui passent. Des chercheurs britanniques viennent de le découvrir en procédant à des tests sur des volontaires. Ils recommandent donc d'utiliser l'effet stimulant de la musique pour travailler mais de choisir plutôt un coin bien calme pour apprendre et étudier. *wissenschaft.de*

Un trouble cérébro-intestinal

Des chercheurs américains et canadiens ont mis en évidence des altérations structurelles du cerveau chez des femmes atteintes du syndrome du colon irritable. Cette découverte révèle une composante organique dans une maladie longtemps

considérée comme un trouble psychosomatique et appuie la notion de trouble cérébro-intestinal.

deutsche-apotheker-zeitung.de

Cœliaquie: risque de carences

Selon des études récentes, il apparaît que les enfants qui souffrent de la maladie cœliaque présentent souvent des carences en vitamines D et K. Comme ces vitamines sont importantes pour la formation du tissu osseux, les spécialistes recommandent de compléter l'alimentation des enfants pour prévenir l'ostéoporose.

deutsche-apotheker-zeitung.de

Les porte-bonheur portent vraiment bonheur

Des chercheurs de l'Université de Cologne ont constaté que la pensée peut améliorer nos performances en procédant à des tests sur des volontaires. Ceux qui portaient leur porte-bonheur en faisant des exercices ont obtenu de meilleurs résultats que ceux qui avaient dû s'en séparer auparavant. Les chercheurs estiment donc que les personnes qui portent un gris-gris ont plus confiance en elles et se fixent des objectifs plus ambitieux. *pte*



**14 novembre 2010
date à retenir!**

Assemblée des délégués Assemblée générale

Le dimanche 14 novembre, l'Association suisse des droguistes vous invite au **Musée suisse des transports de Lucerne**. L'assemblée des délégués aura lieu le matin et l'assemblée générale l'après-midi.

Tous les membres de l'ASD sont invités à assister à l'AG. Les invitations pour l'AG et les documents pour les délégués seront envoyés dans les délais, conformément aux statuts.

Sicherheit geht vor

Qualitätssicherung Vorschriften sind zum Einhalten da, auch wenn das manchmal umständlich ist. Bei der Arzneimittelsicherheit steht dabei besonders viel auf dem Spiel: Da geht es um Vertrauensfragen. Der Berner Kantonsapotheker Samuel Steiner verrät, worauf er sein Augenmerk in der Praxis richtet.



Foto: pixelio.de

Dr. Samuel Steiner, bei Ihren letzten Visitationen in Drogerien stellten Sie fest, dass HF-Drogisten häufig nicht vor Ort waren. Was bedeutet das?

Dr. Samuel Steiner: Eine Fachperson mit Berufsausübungsbewilligung muss zu hundert Prozent anwesend sein – das ist man den Kunden zumindest für den Bereich Arzneimittel schuldig.

HF's, die nicht vor Ort sind, untergraben ihre eigene Kompetenz und stellen die Notwendigkeit der Ausbildung infrage. Zudem verlangt auch die kantonale Gesetzgebung, dass der Betriebsleiter während der Öffnungszeiten in der Regel anwesend ist. Das heisst, nach Möglichkeit hat er da zu sein oder in Ausnahmefällen zumindest eine entsprechend qualifizierte Stellvertreterin zu bestimmen. Für die Patientensicherheit ist es wichtig, dass die Kunden fachlich korrekt beraten werden. Geht man zum Doktor, erwartet man auch, dass der Arzt da ist und man nicht nur von der medizinischen Praxisassistentin behandelt wird.

Eine Drogerie hat oft sechs Tage pro Woche geöffnet. Erwarten Sie, dass ein HF-Drogist diese ganze Zeit abdeckt?

Natürlich verstehe ich, dass es mit den langen Öffnungszeiten im Detailhandel

schwierig ist, immer präsent zu sein. Doch es führt kein Weg daran vorbei, dass man gute Lösungen finden muss, damit die Fachberatung immer garantiert ist.

Die Stellvertreter-Regelung, wie wir sie im Kanton Bern neu haben, ist diesbezüglich ideal. Denn gerade Landdrogerien und natürlich Landapotheken sind in der schweizerischen Gesundheitsversorgung unter anderem wichtige Akteure, da sie Garant dafür sind, dass die Arzneimittel der Liste D unter Fachberatung abgegeben werden.

Der Kanton Bern ist der erste Kanton der Schweiz, der die Stellvertreter-Regelung eingeführt hat. Wie bewährt sich die Umsetzung im Alltag?

Sehr gut, ich bin vom Konzept nach wie vor überzeugt, und die Nachfrage der Drogerien nach den Kursen ist hoch. Ich finde es gut, jemanden neben dem HF-Drogisten zur Stellvertretung auszubilden, damit die Fachkompetenz im Bereich Arzneimittel jederzeit verfügbar ist. Denn die «Banalisierung» von Arzneimitteln, die man momentan beobachten kann, finde ich sehr gefährlich. So tendiert man dazu, hochwirksame Arzneimittel, homöopathische Mittel, «arzneimittelähnliche» Medizinprodukte und Nahrungsergänzungsmittel in einen Topf zu werfen, und versucht manchmal, offizielle Wege zu umgehen. So findet im heutigen «Gesundheitsmarkt» immer öfter ein fließender Übergang von laienhafter Gesundheitsberatung mit der Abgabe oder Empfehlung von relativ harmlosen «Mitteln» bis zur hochprofessionellen Versorgung mit stark wirksamen Arzneimitteln statt. Dies ist eine nicht ungefährliche Entwicklung, da Patientinnen und Patienten sich dessen oft nicht bewusst sind und den Unterschied nicht beurteilen können. Wird die beratende Fachstelle, die es zur Abgabe von Heilmitteln braucht,

ausgeschaltet, kann sich das auf die Patientensicherheit negativ auswirken.

Wo siedeln Sie die Fachkompetenz zur Abgabe von Heilmitteln an?

Nebst der Anwendung und Abgabe von Heilmitteln in Arztpraxen und Spitälern natürlich in Drogerien und Apotheken. Das Konsumverhalten hat in den letzten Jahren stark zugenommen und es ist «normal», bei jedem kleinen «Wehweh» etwas einzunehmen. Das beste Medikament ist aber häufig, wenn man gar keines nimmt. Drogerien und Apotheken haben hier eine wichtige Triagefunktion. Sie können diese jedoch nur wahrnehmen, wenn die Ausbildung stimmt und sie im Laden stehen, wenn der Kunde eine Beratung braucht. Was mir im Wortschatz der Drogisten jedoch häufig fehlt, ist das Wort Patient. Denn es geht nicht immer nur um Kunden, die irgendein Produkt kaufen wollen, sondern oft um Patienten, die bei Bagatellerkrankungen die Drogerie für eine erste Beratung aufsuchen. Was ja durchaus im Sinne der Anbieter ist. In grösserem Umfang ist dies auf dem Land zu beobachten, denn in kleinen Orten ist die Drogerie häufig die einzige Anbieterin von Gesundheitsdienstleistungen.

Medikamente werden heute häufig im Internet oder im Ausland bestellt.

Welche Erfahrungen machen Sie damit?

Meiner Meinung nach ist alles, was nicht über Fachpersonen abgegeben wird, problematisch. Der Internethandel blüht besonders bei Lifestyle-Medikamenten und Anabolika. Können die Beipackzettel oder Etiketten dann nicht gelesen werden, ist die Hemmschwelle zum Einnehmen bei den Konsumenten und Konsumentinnen glücklicherweise ziemlich hoch. So rufen uns verunsicherte Kundinnen und Kunden relativ häufig an und fragen um Rat. Überdies haben wir jede Woche drei bis fünf

Zollmeldungen über abgefangene Importware. Vermehrt treffen wir zudem illegal importierte Arzneimittel in sogenannten Asia- und Africa-Shops an. Es werden unter fünf Prozent aller Sendungen am Zoll überprüft. Daher dürfte die Dunkelziffer also um einiges höher liegen.

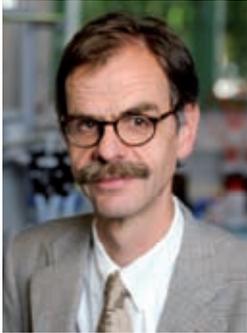
muss die Qualitätssicherung durchführen und vorleben. So haben wir letzthin Aqua purificata aus Drogerien kontrolliert. Bei 52 Prozent der geprüften Ware war die mikrobiologische Qualität ungenügend. Der Berufsstand des Drogisten und des Apothekers lassen sich nur rechtfertigen,

Spielraum. Ein Beispiel, wie dieser sinnvoll genutzt werden kann, ist die Stellvertreter-Regelung, die wir im Kanton Bern neu eingeführt haben.

In jedem Kanton gelten andere Gesetze und Regeln. Bestehen Bestrebungen zur nationalen Vereinheitlichung?

In meinen letzten sieben Jahren als Kantonsapotheker wurde viel harmonisiert. So haben wir respektive die Kantonsapothekervereinigung beispielsweise mit dem Harmonisierungskatalog einen Katalog von Massnahmen und Standards erstellt, der für die ganze Schweiz gültig sein soll. Doch momentan ist erst der Sollzustand definiert. Mit ersten Umsetzungsarbeiten wurde in den einzelnen Kantonen begonnen. So sind beispielsweise von der Kantonsapothekervereinigung Schweiz im September 2009 die «Regeln der Guten Abgabepaxis für Arzneimittel» definiert worden. Sie betreffen alle Institutionen, die mit Heilmitteln zu tun haben, also neben Drogerien und Apotheken auch Heime, Ärzte etc. Das Werk ist unter anderem auf unserer Homepage (www.gef.be.ch) erhältlich. Weiter werden sogenannte Positionspapiere zu einzelnen aktuellen Themen erarbeitet, die ebenfalls auf unserer Homepage publiziert sind.

Flavia Kunz



«Drogerien und Apotheken haben eine wichtige Triagefunktion. Qualität und Sicherheit sollten deshalb immer im Vordergrund stehen.»

Dr. Samuel Steiner,
Vorsteher Kantonsapothekeramt des Kanton Bern

Sie sind die Kontrollbehörde für sämtliche Berner Betriebe. Wie kann man sich auf eine Inspektion des Kantonsapothekers vorbereiten?

Bevor unsere Inspektoren auf Visitation gehen, melden sie sich in den jeweiligen Drogerien an und stellen ihnen das leere Inspektionsprotokoll vorgängig zu. Bereitet sich eine Drogerie seriös vor, braucht sie nichts zu fürchten. Und eines gleich vornweg: Der Zugriff auf relevante Kapitel der Pharmakopöe und weitere spezifische Nachschlagewerke gehören in jede Drogerie – auch wenn man sie nicht jeden Tag braucht. Unangemeldete Nachkontrollen gibt es eigentlich nur in Drogerien, bei denen die ersten Besuche nicht zufriedenstellend waren. Doch momentan reden wir dabei glücklicherweise von wenigen Einzelfällen – auch wenn sich diese leider hartnäckig halten.

Wo stellen Sie am meisten Mängel fest?

Sehr häufig stossen wir auf ungenügend angeschriebene Produkte, bei denen beispielsweise der Name der Drogerie, die Indikation oder die Einnahmeempfehlungen fehlen. Ebenso wird leider die Gute Herstellungspraxis (GMP, «Good Manufacturing Practice») häufig nicht korrekt ausgeführt. Es genügt nicht, einen Ordner «QSS» im Regal zu haben. Nein, man

wenn die Qualitätssicherung ernst genommen und dazu Sorge getragen wird. Dies ist im Umgang mit Arzneimitteln und Medizinprodukten besonders wichtig.

Wo liegen Ihrer Meinung nach die Gründe für die mangelnde Durchführung der Qualitätssicherung?

Mit der Qualitätssicherung und GMP sehr schwer tut sich oft die ältere Generation. Die Regeln sind nicht bekannt, werden häufig nicht verstanden, nicht ausgeführt oder einfach missachtet. Bei den Jüngeren stellen wir hingegen fest, dass sie damit besser umgehen können.

Was würde zu einer besseren Zusammenarbeit zwischen Behörden und dem Detailhandel beitragen?

Ich wünsche mir mehr Transparenz von allen Seiten, so würde ich es begrüssen, wenn Swissmedic die sogenannte Stoffliste ausweiten und mit weiteren Stoffen und Angaben versehen würde. Gleichzeitig wünschte ich mir jedoch auch eine entsprechende Negativliste mit Inhaltsstoffen, die nicht gebraucht werden dürfen.

Sie sind ans Gesetz gebunden, haben Sie dabei überhaupt noch einen Interpretationsspielraum?

Beim Umsetzen der kantonalen Gesetze hat man teilweise einen recht grossen

Lois et **directives** sont faites pour être respectées. Même si cela semble parfois compliqué. En ce qui concerne la **sécurité des médicaments**, l'enjeu est de taille: il s'agit en effet d'une **question de confiance**. Le **pharmacien cantonal bernois, Samuel Steiner**, explique à quoi il s'intéresse en particulier dans la pratique et quels sont les efforts d'harmonisation des lois et règlements entrepris ces dernières années sur *d-inside*. drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur l'encadré et l'article en français s'affichera automatiquement.

«Eine Lösung für alle Probleme»

Clôture Fröhliche Stimmung herrschte am 1. Juli 2010 im Schlosssaal von Neuenburg: 24 frisch diplomierte Drogistinnen und Drogisten HF durften ihr verdientes Diplom in Empfang nehmen.



Hintere Reihe (v. l. n. r.): Rabea Hauenstein, Mirjam Feder, Iwana Ryser, Jasmin Noli, Evelyne Ruckstuhl, Lukas Zogg, Monika Vetsch, Benedikt Camenzind, Ursina Wieland, Claudia Hörler, Muriel Ménétrey, Stéphanie Gaillard, Andreas Hofstetter; **vordere Reihe:** Nicole Hermann, Terry Garrone, Andrea Kurth, Monika Sidler, Annina Escher, Priska Bögli, Sandra Haag, Monika Hobi, Sandra Bienz, Sara Burkart, Karin Gutmann

Mit den Worten «Sie haben es in der Hand, wie die Drogerie von morgen aussieht», verabschiedete der ESD-Direktor **Beat Günther** die diesjährigen Diplomaninnen und Diplomanden und wünschte ihnen auf ihrem weiteren Berufsweg viel Erfolg. In der folgenden Ansprache gratuliert die Neuenburger Regierungsrätin **Gisèle Ory** den ESD-Absolventen ebenfalls und betont, wie sehr sie das Engagement der Drogisten schätze, hätten diese doch für jedes Problem eine Lösung bereit.

Daneben wünscht sie den frisch Diplomierten einen offenen Geist und Mut, Neues zu lernen, und dass sie jeder künftigen Erfahrung – auch den schlechten – etwas Positives abgewinnen und optimistisch durchs Leben gehen können.

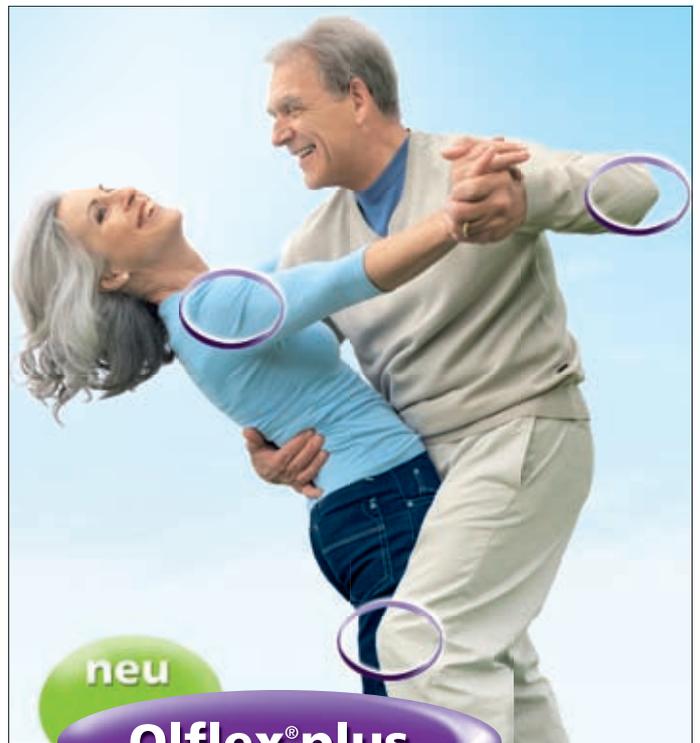
Nach weiteren Ansprachen von ZV-Präsident Martin Bangerter und dem Präsidenten der Schulkommission Bernhard Kunz durften die ESD-Absolventinnen und Absolventen ihr Diplom entgegennehmen und verabschiedeten sich selbst und Neuenburg, indem sie ihre Zeit an der ESD und ihre Lehrer im Rahmen einer Sendung auf «Tele ESD» auf die Schippe nahmen.

Flavia Kunz

L'ambiance était festive le 1^{er} juillet dans la salle du **château de Neuchâtel**. Pour cause: après les discours de **Beat Günther**, directeur de l'ESD, **Gisèle Ory**, conseillère d'Etat neuchâteloise, **Martin Bangerter**, président du comité central de l'ASD, et **Bernhard Kunz**, président de la commission scolaire, **24 droguistes** fraîchement émoulus de l'ESD se sont vu remettre leur **diplôme ES**. Retour sur image sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur l'encadré et l'article en français s'affichera automatiquement.



- 1 Persönlich überbrachte Regierungsrätin Gisèle Ory die Glückwünsche der Neuenburger Regierung.
- 2 Abschluss mit Bestnoten: Für ihre Leistung erhielten Monika Vetsch und Karin Gutmann von Bruno Kühni (Galexis) den ersten Preis.
- 3 Tele ESD on tour: Annina Escher und Andreas Hostetter geben einen Einblick in ihre Zeit an der ESD.
- 4 Mit viel Pep untermalte die Neuenburger Band «Les Gens Pions» den feierlichen Abschluss.



neu

Olflex® plus

Unbeschwert beweglich!

Zum Erhalt der Gelenkbeweglichkeit

Glucosamin und Chondroitinsulfat sind natürliche Bestandteile der Gelenkknorpel, Bänder und des Bindegewebes.



www.olflexplus.ch

Olflex® plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel.
Erhältlich in Apotheken und Drogerien.

Die mit dem Regenbogen

mepha 

Herzliche Gratulation!

Lehrabschluss Über zweihundert Drogistinnen und Drogisten aus der ganzen Schweiz haben Ende Juni 2010 ihre Lehre abgeschlossen – und durften überglücklich ihr Diplom entgegennehmen.

Über achtzig Prozent aller Lehrabgänger haben ihr Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis als Drogist/in EFZ erhalten.

Im Kanton Bern absolvierten 54 Kandidaten/-innen die Lehrabschlussprüfung, 47 davon durften an der Schlussfeier vom 30. Juni im Schlossgut Münsigen ihr Diplom entgegennehmen.

Die Gastrede am feierlichen Anlass hielt der Regierungsrat und Erziehungsdirektor des Kantons Bern, **Bernhard Pulver**.

Besonders freuen durften sich sechs der 47 Prüflinge: Sie erreichten dank ihren sehr guten Leistungen einen Rang.

Bern, Klasse DL 4A



Fotos: zvg

Bern, Klasse DL 4B



Bern, Klasse DL 4C



De **Berne aux Grisons**, plus de 200 apprentis **droguistes** ont obtenu leur **CFC**, soit plus de 80 % de la volée 2010. Visages radieux et allocutions de circonstance ont ponctué les cérémonies de **remise des diplômes** – découvrez comment la relève a fêté cet événement joyeux sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur l'encadré et l'article en français s'affichera automatiquement.

In St. Gallen ging es nach der feierlichen Übergabe der Fähigkeitszeugnisse im Kaufmännischen Berufs- und Weiterbildungszentrum (KBZ) erlebnisreich weiter. So wurden die frisch diplomierten Drogistinnen und Drogisten mit einem Extrabus zum Erlebnis-Restaurant «Schnuggenbock» in Teufen chauffiert. Dort wurden sie und ihre Fachlehrer von Sektionspräsident **Stefan Fehr** zum feinen Nachtessen begrüsst. Von den 32 Kandidatinnen und Kandidaten durften 31 ihr Diplom entgegennehmen.

St. Gallen



Ähnlich sieht das Bild im Kanton Graubünden aus. Hier durften Ende Juni 15 von 16 Absolventen/-innen ihren Erfolg feiern.

Graubünden



Hinten v. l. n. r.: Madlen Federspiel, Simon Frei, Andreina Hemmi, Céline Ackermann, Claudia Camathias, Sulamith Fallegger, Maddalena Negrini

Vorne v. l. n. r.: Nina Tinner, Myriam Eng, Nadia Auer, Daniela Stalder, Melanie Gantenbein, Lynn Bricalli, Aline Nicolas.

Auf dem Foto fehlt: Ursula Giger



Wollen Sie wissen, wie es um Ihre Gesundheit steht? Dann beantworten Sie jetzt einfach die Fragen in unseren fundierten Online-Gesundheitstests. *vitagate24.ch* spricht Klartext und sagt, wo Ihre persönlichen Risiken liegen und wie Sie die Gesundheit selber in die Hand nehmen können.

vitagate24.ch
 Jeden Tag einen Klick gesünder.

vitagate24.ch ist ein Gemeinschaftsportal von  **GATE24**
www.gate24.ch

Wechsel auf der WiF des SDV

SDV Ende Juni 2010 hiess es: Stabsübergabe bei der WiF. Nach 28 Jahren als Leiter der Wissenschaftlichen Fachstelle (WiF) des SDV hat sich Dr. sc. nat. Rolando Geiser in den Ruhestand verabschiedet. Ein kurzer Rückblick zeigt, wie sich die Selbstmedikation in der Drogerie während dieser Jahre entwickelt hat.

«Attraktiv, geschickt, im Kampf bewährt, sportlich, sprachbegabt, aber noch unerfahren.» Nein, das ist nicht die Beschreibung eines neuen James-Bond-Darstellers. Sondern des Leiters der Wissenschaftlichen Fachstelle (WiF) des Schweizerischen Drogistenverbands (SDV) – doch das war vor 28 Jahren. Der, der all diese Anforderungen erfüllte, war **Rolando Geiser**. So wurde der Biologe mit Dokortitel an der Delegiertenversammlung vom 26. Mai 1982 in Lausanne der Branche vorgestellt. In einem bescheiden eingerichteten Büro begann die «Geschichte der Selbstmedikation in der Drogerie».

Der Fachstellenleiter brachte mit Fachpublikationen in der damaligen Schweizerischen Drogistenzeitung (SDZ) Bewegung in die Drogeriebranche und deren Selbstverständnis.

Noch vor der Interkantonalen Kontrollstelle für Heilmittel (IKS; heute Swissmedic) arbeitete Rolando Geiser mit einem Computer und legte sich eine eigene Datenbank an. Er setzte zum Wohle der Drogeriebranche einige Meilensteine (siehe rechts) und erkannte bereits in den achtziger Jahren, dass «Selbstmedikation uns nicht einfach Mehrumsatz bringt – sondern vor allem grosses Pflichtbewusstsein und Verantwortungsgefühl fordert!» (SDZ 24/87).

Der SDV dankt Rolando Geiser herzlich für seinen jahrelangen, engagierten und erfolgreichen Einsatz und wünscht ihm auf seinem weiteren Lebensweg alles Gute! Denn nun heisst «Back to the roots». Im Tessin wartet auf den 60-Jährigen ein neuer Lebensabschnitt, die Pension oder besser gesagt: die begehrteste Alterserscheinung!



Am ersten September wird die Humanbiologin Julia Burgener mit Spezialgebiet Pharmakologie die Leitung der WiF übernehmen.

Neu beim SDV

Ab dem September 2010 wird **Julia Burgener** die Nachfolge von Dr. sc. nat. Rolando Geiser übernehmen.

Die 28-Jährige hat 2006 ihren Master in Humanbiologie abgeschlossen und wird im August ihre Doktorarbeit am Institut für Pharmakologie und Toxikologie der Universität Zürich abschliessen.

Flavia Kunz



Sie haben jetzt mehr gemeinsame Zeit: Rolando Geiser und seine Frau Patrizia bestaunen das Abschiedsgeschenk; Charles Darwins über 200-seitiges Werk «The Movements and Habits of Climbing Plants» von 1875.

Einige Meilensteine der WiF

1986:

Formelle Eingabe der WiF an den Vorstand und die Direktion der IKS zur Durchsetzung der «Ordnung und Regelung im Heilmittelwesen im Bereich Selbstmedikation». Das Ziel ist die Listenumteilung verschiedener Präparate aufgrund wissenschaftlich begründeter Fakten. Der Durchbruch erfolgt **1991**: Panadol 500 mg, anschliessend Supradyn, Mebucaïne und rund 300 weitere Präparate wurden in die Liste D eingeteilt.

1988:

Start der d-didact-Kurse «Mehr wissen, Mehr leisten, Mehr Erfolg». Im Rahmen einer Pressekonferenz stellt Rolando Geiser das Selbstmedikationskonzept des SDV vor. Der Titel: «Bedeutung der Drogerien im Rahmen der Selbstmedikation und der Volkswirtschaft sowie der Ausbildungsweg eines eidg. dipl. Drogisten»

1992:

Das Selbstmedikationskonzept wird das Branchenziel Nummer eins. Rolando Geiser meinte damals dazu: «Das Selbstmedikationskonzept dient der dringenden Profilierung unserer Branche. Als Benutzer des Selbstmedikationskonzeptes dürfen Sie kein Klingeln der Kasse erwarten. Sie dürfen einzig und allein eine langfristige Verbesserung unseres Images in Sachen kompetenter Heilmittelabgabe in Betracht ziehen.

Dass die Konsumenten diesbezüglich endlich eine Drogerie mit einem klaren Erscheinungsbild wünschen, hat die Info-suisse-Studie über das Gesundheitswesen in der Schweiz bewiesen.»

1992 bis 1998:

Rolando Geiser erstellt 14 «Gesundheitspakete» und erteilt allen Berufsschullehrern Unterricht. Diese gaben ihr Wissen danach an die Drogisten in der ganzen Schweiz weiter.

1998 bis 2004:

Rolando Geiser leitete die Höhere Fachschule für Drogistinnen und Drogisten (ESD) in Neuenburg und erreichte 2001 für die ESD die «EDUQUA»- und die «ISO 9001»-Zertifizierung. Selbstverständlich



Dr. sc. nat. Rolando Geiser bei seinem Eintritt in den Schweizerischen Drogistenverband im Jahr 1982. Das Bild stammt aus der damaligen Schweizerischen Drogistenzeitung (SDZ).

nimmt er auch in dieser Zeit alle Aufgaben der WiF wahr und gemeinsam mit dem Fachlehrer für Chemie, Dr. Karl Krienbühl, entwickelt Rolando Geiser den «Codex Technica».

2003:

Nach zwei Jahren Entwicklungszeit entsteht das Qualitätssicherungssystem (QSS) für die Drogerie und der erste Politikerapéro findet statt.

ab 2004:

Abnahme der Schmerzmittelwirkstoffe, nur noch ASS und Paracetamol stehen in der Liste D zur Verfügung. Roche reicht ein Gesuch zur Umteilung von Ibuprofen in die Liste D ein und hat Erfolg. Rolando Geiser schult die Drogisten über den neuen Wirkstoff knapp vor der Markteinführung des entsprechenden Präparates, was dem CEO von Roche OTC eine Klage von Swissmedic einbringt. Erste Liste-C-Kurse finden statt.

Seit 2006:

Vertretung der Anliegen der Drogisten in einer Arbeitsgruppe Pharmakopöekommission von Swissmedic.

Ab 2007:

Aufbau und Durchführung der Stellvertreterkurse. Nebst all diesen Aufgaben war Rolando Geiser in verschiedenen Arbeitsgruppen tätig und verfasste zahlreiche Stellungnahmen zum Heilmittelgesetz (HMG) respektive zu den HMG-Revisoren sowie zu weiteren Gesetzen wie dem Chemikalien-, Lebensmittel-, oder Kosmetikgesetz.

Un parcours bien rempli

«Séduisant, intelligent, sait se battre, sportif, doué pour les langues mais encore inexpérimenté.» Non, ce n'est pas le profil du prochain James Bond. Mais bien le portrait du responsable du service scientifique de l'Association suisse des droguistes – il y a 28 ans. C'est ainsi que Rolando Geiser, biologiste au bénéfice d'un doctorat, a été présenté à la branche et élu par l'assemblée des délégués du 26 mai 1982, à Lausanne. L'«histoire de l'automédication en droguerie» a commencé dans un petit bureau modestement aménagé.

Avec ses articles scientifiques dans ce qui était alors la revue suisse des droguistes, le responsable du service scientifique avait quelque peu chamboulé la branche de la droguerie et l'idée qu'elle se faisait d'elle-même. Avant même l'Office intercantonal de contrôle des médicaments (OICM; aujourd'hui Swissmedic), Rolando Geiser travaillait déjà sur ordinateur et avait commencé à constituer sa propre banque de données. Il amorça quelques changements, pour le bien de la branche, et pressentit, déjà dans les années 80, que l'automédication n'était pas seulement un moyen d'augmenter notre chiffre d'affaires, mais exigeait surtout «beaucoup de conscience du devoir et de sens des responsabilités».

Responsable du service scientifique de l'ASD depuis 28 ans, le Dr sc. nat. **Rolando Geiser** s'en va profiter d'une **retraite** bien méritée au **Tessin**. Petite **rétrospective** des événements qui ont marqué son **parcours à l'ASD** et la **branche de la droguerie** sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur l'encadré et l'article en français s'affichera automatiquement.

Mit gutem Beispiel voran

«besser gesund» Geht eine Drogerie aktiv auf Unternehmen zu und gelingt es ihr, das Unternehmen für die Gesundheitstipps der Image-Aktivität «besser gesund» zu begeistern, öffnen sich plötzlich neue Türen und Geschäftsfelder.

Die Gesundheitstipps für Mitarbeitende von kleinen und mittleren Unternehmen gibt es wieder:

Ab **Januar 2011** und in optimierter Form. Die erste Runde der Aktion «besser gesund» hat gezeigt, dass betriebliche Gesundheit ein brandaktuelles Thema ist und sich hervorragend mit Produkten und Dienstleistungen der Drogerie verknüpfen lässt. Doch um wirklich erfolgreich zu sein, sollten alle mithelfen. Denn je mehr Firmen bei «besser gesund» mitmachen, desto grösser wird der Erfolg sein. Geben also zahlreiche Firmen ihren Mitarbeitenden Gesundheitstipps ab, so wird das positive Image der Drogerien stärker verbreitet, und die Chance, dass die Mitarbeitenden zu Neukunden werden, ist umso höher. Nebst der Imagepflege kann jede Drogerie auch Kontakte zu Firmen in ihrer Umgebung aufbauen, pflegen und davon profitieren.

Drogist **Yves Eberle** war bereits sehr aktiv dabei, als «besser gesund» zum ersten Mal lanciert wurde (Oktober 2009). Im Interview erklärt er, weshalb er bei der Aktion mitgemacht hat und wie er mit seiner Drogerie von «besser gesund» profitieren konnte.



«Die Firmen reagierten auf «besser gesund» sehr positiv und dank den neuen Kontakten erhielt unsere Drogerie einige zusätzliche Aufträge.»

Yves Eberle, Inhaber der Drogerie Eberle in Gams

Yves Eberle, weshalb haben Sie im Sommer 2009 beschlossen, Unternehmen auf «besser gesund» anzusprechen?

Yves Eberle: Firmen und Institutionen wie Schulen oder Gemeinden zu helfen, ihre Angestellten gesund zu erhalten, stand bereits seit längerer Zeit auf meiner Pendelenliste.

Da kam mir die SDV-Aktion «besser gesund» gerade recht. So konnte ich nur noch die entsprechenden Betriebe kontaktieren und auf die Aktion aufmerksam machen. Der einzige Wermutstropfen war, dass die Produkte dieser Image-Aktivität vor allem im schulmedizinischen Bereich angesiedelt waren. Dies passt eigentlich nicht zu unserem Image «Naturheilmittel – Naturheilpraxis». Nichtsdestotrotz: Im Nachhinein gesehen, gab es im Alltag keine Probleme damit. Im Gegenteil, wir konnten die Bon-Einlöser/-innen auch auf unsere anderen Stärken aufmerksam machen.

Wie reagierten die Unternehmen auf Ihre Kontaktaufnahme?

Die meisten Unternehmen nahmen die

Aktion sehr positiv auf. Ich erhielt mehrmals Gratulationen und sogar Schulterklopfen. Interessanterweise entwickelten sich durch die Kontaktaufnahme eine Reihe weiterer guter Geschäftsmöglichkeiten. So konnte ich beispielsweise spezielle Notfallsets für Angestellte zusammenstellen, Revisionsaufträge für Erste-Hilfe-Koffer abschliessen und ein Angebot für die Lieferung von Defibrillatoren ist noch hängig. Alles in allem gesehen, hat sich die Aktion für uns gelohnt.

Wie geht man erfolgreich auf Unternehmen zu?

Grundsätzlich lege ich grossen Wert auf den persönlichen Kontakt. Bei der Aktion «besser gesund» genügte jedoch ein kurzes Schreiben an die verantwortlichen Firmenleiter/-innen, um ins Gespräch zu kommen. Ich hatte das Glück, dass einigen Verantwortlichen die Aktion wie gerufen kam – dies sprach sich schnell herum und brachte unsere Drogerie zusätzlich ins Gespräch. Wichtig ist jedoch, dass man mit Engagement und Herzblut hinter der Aktion steht.

Es ist noch nicht zu spät

Auch Sie können während des ganzen Septembers noch auf Firmen zugehen und diese für die Gesundheitstipps von «besser gesund» begeistern.

Informationen zum Angebot

inklusive Bestellmöglichkeit finden Sie unter: www.bessersgesund.ch.

besser gesund



Guter Rat aus der Drogerie

Welchen Nutzen sehen Sie in Aktivitäten wie «besser gesund»?

Wir sind unter anderem dank der Aktion in Kontakt mit verschiedenen Firmen und werden das grösstenteils noch brachliegende Potenzial «Gesunde Mitarbeiter am Arbeitsplatz» weiter ausbauen. Daneben konnte ich einige neue Kunden gewinnen. Und es freut mich besonders, dass es sich dabei auch um Kunden handelt, welche die Drogerie bis anhin nicht als Anlaufstelle für Gesundheitsfragen wahrgenommen haben.

Was hat die Aktion «besser gesund» dem Image der Schweizer Drogerien gebracht?

Ich finde es wichtig, dass die Drogerie in der Bevölkerung zur ersten Anlaufstelle bei Gesundheitsfragen im Bereich der Selbstmedikation wird. Die Image-Aktivität «besser gesund» ist ein Marketingelement, das uns diesem Ziel näher bringt. Die Bedingung dabei ist allerdings, dass wir solche Aktivitäten flächendeckend und nachhaltig ausführen.

Anania Hostettler

Le premier round de l'action «**atout santé**» a révélé que la **santé au travail** est un sujet d'actualité et qui s'associe bien aux **produits et services de la droguerie**. Mais pour que ce soit vraiment une **réussite**, il importe que tous y apportent leur soutien. Retrouvez le **témoignage du droguiste Yves Eberle**, qui a participé activement à la première édition d'«**atout santé**», sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur l'encadré et l'article en français s'affichera automatiquement.

Lust auf duftete Luft?

Ultraschall-Aromavernebler ANTON **Luftbefeuchter und Duftspender** in einem Gerät...
...formschön, duftig, sympathisch!



aroma life
natur für die sinne

AROMALIFE DUFTMISCHUNGEN EXKLUSIV FÜR DEN ULTRASCHALL-AROMAVERNEBLER ANTON...




Aromavernebler schwarz oder weiss inkl. Duftmischung
26cm hoch | EP 99.- | empf. VP 159.-

Fresh&Clean Air
Fresh & Clean Air reinigt und desinfiziert die Raumluft mit den ätherischen Ölen von Waldkiefer, Ho-Blätter, Geranie, Acker- und Pfefferminze.
20ml | EP 10.- | empf. VP 19.50

Healthy Air
Der kleine Helfer in der Erkältungszeit. Eukalyptus radiata, Fichte, Myrte, Thymian, Pfefferminze und andere ätherische Öle lassen Sie aufatmen.
20ml | EP 10.- | empf. VP 19.50

Lemon Air
Tanken Sie frische Energie mit dieser zitronige Mischung und geniessen Sie die vitalisierende Wirkung von Lemonmyrte, Rosmarin, Angelika und Litsea.
20ml | EP 10.- | empf. VP 19.50

Lavender Air
Der Klassiker unter den Duftmischungen; Lavendel, Litsea, Patchouli und andere ätherische Öle wirken angenehm beruhigend und entspannend nach einem anstrengenden Tag.
20ml | EP 10.- | empf. VP 19.50

100% natürlich



Weitere Informationen über dieses duftete Konzept erhalten Sie direkt bei Aromalife AG, 032 666 20 60.

www.aromalife.ch



**«Nicht jammern,
sondern das Beste
herausholen – auch
wenn die Regulatorien
manchmal ganz schön
zu schaffen machen.»**

Stefan Binz, Geschäftsführer der ebi-pharm AG

Vorwärtsdenken und -gehen

Interview Als klassische Unternehmung im Vertrieb von komplementärmedizinischen Mitteln hat ebi-pharm diesen Frühling seine Sortimentspalette erweitert. Neu hat das Familienunternehmen klassische OTC-Produkte im Angebot. Wurde damit ein Kurswechsel eingeleitet?

Das Gesundheitswesen ist unter Druck.

Wie beeinflusst die Politik Ihr Unternehmen?

Stefan Binz: Momentan beobachten wir die Preisentwicklung bei komplementärmedizinischen Heilmitteln sehr genau. Denn die Anforderung an die Qualität der Produkte steigt stark an und die Zahl der einzuhaltenden Vorschriften nimmt zu. Das heisst, jedes einzelne Produkt wird genauer geprüft. Dass die Präparate aufgrund von Regulatorien teurer werden, ist bis anhin zum Glück nur bei den Arzneimitteln der Fall. Für uns bedeutet dies aber, dass wir Randprodukte vermehrt mit den Leaderprodukten stärken müssen. Die künftige politische Entwicklung ist für uns im Moment unklar. So lässt sich noch nicht abschätzen, welche zusätzlichen Regulierungen möglicherweise noch auf uns zukommen werden respektive in welche Richtung bei aktuellen politischen Diskussionen entschieden wird.

Als reines Vertriebsunternehmen tragen Sie ein hohes Risiko. Haben Sie keine Angst, dass bestehende umsatzstarke Produkte dereinst aus Ihrem Sortiment wegfallen?

Sicher ist die spezielle Situation eines jeden Vertriebsunternehmens auch bei ebi-pharm nicht wegzudiskutieren. Doch wir pflegen mit unseren Lieferantenpartnern eine langjährige und partnerschaftliche Zusammenarbeit, was für uns auch eine Verpflichtung für die Zukunft ist. Wir hoffen, dass unsere Partner dies ebenfalls so sehen, sind uns aber bewusst, dass es dafür keine Garantie gibt. Deshalb und um uns möglichst breit abzustützen, prüfen wir immer wieder strategische Optionen.

So haben Sie beispielsweise mit den Produkten von YouMedical einen Zweig ins Sortiment aufgenommen, der für ebi-pharm ungewöhnlich ist. Wollen Sie sich neu ausrichten?

Nein, ganz und gar nicht. Unser angestammtes und bewährtes Sortiment, das wir für verschiedene Hersteller vertreiben, steht nach wie vor im Vordergrund. Doch mit den Produkten von YouMedical haben wir eine Chance bekommen, einen neuen Schritt zu wagen und unsere Produktpalette mit neuen «Problemlösern» zu ergänzen.

Was genau hat Sie veranlasst, gerade auf diese OTC-Linie zu setzen?

YouMedical ist eine holländische Firma mit Schweizer Hintergrund. Der Schweizer Markt ist deshalb quasi ihr zweiter Heimmarkt. Es sind innovative und ideale Nischenprodukte. Zudem – was für uns sehr entscheidend ist – riskieren wir aufgrund der Besonderheit der Produkte keine interne Konkurrenzierung zu unserem bestehenden Sortiment. Daneben bietet die Firma YouMedical eine starke Werbeunterstützung an und begleitet die

Einführung der Produkte optimal. Im Gegensatz zu anderen europäischen Märkten konnten wir für die Schweiz auch eine Sondervereinbarung treffen. So werden die Produkte in der Schweiz exklusiv via Fachhandel vertrieben. Andere Kanäle und der Onlinehandel sind tabu.

Bis anhin sind Ihre Produkte ausschliesslich im Fachhandel erhältlich. Bleiben Sie dieser Strategie treu?

Unter den heutigen Voraussetzungen auf jeden Fall. Es gibt für uns keinen Grund, unsere Produkte auch in anderen Kanälen zu vertreiben. Wir wollen zwar nicht in Ruhm und Ehre sterben, doch wir würden vor dem Aufgeben bewährter Strategien immer zuerst daran denken, wer respektive welcher Kanal unsere Firma dahin gebracht hat, wo sie heute steht. Zudem bedeutet eine Ausweitung des Vertriebs nicht immer auch mehr Erfolg. Und solange keine gravierenden politischen Änderungen eintreten, werden wir mit unserem Vertrieb garantiert im Fachhandel bleiben.

Sie haben eine wissenschaftliche Abteilung und ein auf Komplementärmedizin spezialisiertes Team.

Werden Sie demnächst eigene Produkte herstellen?

Natürlich machen wir uns über künftige Geschäftsfelder Gedanken und dabei könnte auch die Idee der Lohnherstellung eine Rolle spielen. Doch momentan sind wir mit den zahlreichen, ▶

ebi-pharm ag

1988 wurde die ebi-pharm von Jürg Binz gegründet und wird heute in zweiter Generation von seinem Sohn Stefan geführt. Das Ziel des Familienunternehmens ist es, eine Brücke zwischen Schul- und Komplementärmedizin zu schlagen. ebi-pharm beliefert ausschliesslich Fachhändler wie Grossisten, Apotheken, Drogerien, Ärzte und Therapeuten. Zudem unterstützt sie die Kunden beim Auf- und Ausbau ihrer Kompetenzen im Bereich Komplementärmedizin. 2007 gründete ebi-pharm mit derrano ein Tochterunternehmen, das auf biologische Nahrungsmittel spezialisiert ist. Im Hauptgeschäft vertreibt das Distributionsunternehmen unter anderem die Marken von Burgerstein, Ceres, Heel, Pekana, Sanum, Symbiopharm und neu auch von YouMedical. Der Betrieb ist in den vergangenen 22 Jahren stetig, aber kontrolliert gewachsen. ebi-pharm erwirtschaftet heute über 40 Millionen Franken pro Jahr, hat in den letzten drei Jahren rund 15 zusätzliche Stellen geschaffen und beschäftigt heute 52 Mitarbeitende.



wenn auch vielen kleinen Produktlinien ausgelastet und haben gerade erst grössere interne Umstrukturierungen hinter uns. Diese Veränderungen müssen sich erst festigen, bevor wir neue Geschäftsfelder erschliessen werden.

2007 gründeten Sie die Tochterfirma derrano.

Wie entwickelt sie sich?

Wir sind mit den aktuellen Ergebnissen zwar noch nicht am Ziel angelangt, doch wir sind auf einem guten Weg und haben verschiedene Ideen, wie wir die Umsätze in Zukunft steigern können. Gerade bei derrano sind wir früher oder später auf eine Sortimentserweiterung angewiesen und diskutieren zurzeit verschiedene Ideen. Wir sind gut aufgestellt und schauen optimistisch in die Zukunft – auch für derrano.

Im Familienunternehmen ebi-pharm arbeiten sechs Familienmitglieder mit. Welche Chancen und Risiken birgt das für die Unternehmung?

In erster Linie ist es für uns eine grosse Chance. Glücklicherweise haben wir alle sehr ähnliche Wertvorstellungen und einen starken Zusammenhalt. So unternehmen wir auch in der Freizeit vie-

les gemeinsam. Im Betrieb arbeiten die sechs Familienmitglieder alle in unterschiedlichen Bereichen. Das bietet den Vorteil, dass wir unsere Philosophie stärker leben und breiter vorleben können. Natürlich sind wir als Familie sehr eng zusammen, doch Nachteile haben sich daraus bis heute nie ergeben. Im Gegenteil: Dank unserer kleinen Grösse haben wir gegen aussen einen grossen Wettbewerbsvorteil, indem wir flexibler sind und schneller handeln können, als ein Grosskonzern dies kann.

Trotzdem, viele Unternehmen scheitern an der Übergabe von einer Generation zur nächsten. Wie haben Sie diese Herausforderung gemeistert?

Glücklicherweise kann mein Vater gut loslassen, und die gegenseitige Toleranz war und ist sehr hoch. Wir pflegen eine gute, ausgewogene Zusammenarbeit: Einzelne operative Projekte führt mein Vater weiter, doch bei anderen nimmt er sich bewusst zurück. Er steht uns aber auf Wunsch immer mit Rat zur Seite. Möglicherweise wurde die Übergabe auch beschleunigt, indem mein Vater gleich nach der Stabübergabe für eine «ad interim»-Geschäftsführung einer Klinik angefragt worden ist. So war er zusätzlich gezwungen, sich von Aufgaben zu trennen.

Was sind die Ziele für ebi-pharm in den nächsten Jahren?

Wir verfolgen ganz klar eine Wachstumsstrategie und wollen sowohl vorwärtsdenken als auch vorwärtsgehen. Für Neues sind wir offen und denken verschiedene Möglichkeiten an. Doch jede Veränderung muss geprüft und gut geplant sein.

Flavia Kunz

Zur Person

Stefan Binz hat vor zwei Jahren von seinem Vater Jürg Binz die operative Leitung der ebi-pharm (in Kirchlindach/BE) übernommen. Der 32-Jährige arbeitete ursprünglich bei einer Versicherung, stieg dann im Jahr 2000 bei der ebi-pharm ins Marketing ein und übernahm kurze Zeit später auch den Verkauf. Neben seiner Tätigkeit als Marketing- und Verkaufsleiter absolvierte er an der privaten Hochschule für Wirtschaft (HWV) eine Ausbildung zum Betriebsökonom FH. 2007 übernahm der junge Familienvater die Führung der ebi-pharm-Tochter derrano und ein Jahr später, im Juli 2008, die Führung der gesamten ebi-pharm. Neben dem Zusammensein mit seinem elf Monate alten Sohn und seiner Familie ist Stefan Binz besonders gern am Tennisspielen oder anderweitig sportlich unterwegs.

Ce printemps, **ebi-pharm**, entreprise spécialisée dans la **distribution des médicaments de la médecine complémentaire**, a élargi la palette de son assortiment. L'entreprise familiale propose maintenant aussi des **produits OTC classiques**. Est-ce le signe **d'un changement de direction**? Réponse de **Stefan Binz**, directeur d'ebi-pharm, dont vous trouverez l'**interview** sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur l'encadré et l'article en français s'affichera automatiquement.

«Panamericana» kommt am 9. September 2010
in die Schweizer Kinos: www.panamericana-movie.com

Der Weg ist das Ziel

Film Gemeinsam mit zwei Toggenburger Filmemachern machte sich der Drogist und Rapper Severin Frei alias El Siete auf, die Traumstrasse der Welt zu bereisen. Entstanden ist ein berührender Dokumentarfilm. «Panamericana» kommt Anfang September in die Schweizer Kinos.

Die Panamericana verbindet zwei Kontinente und zwölf Länder. Ihre spannende Reise entlang dieser «Traumstrasse der Welt» haben die drei Wattwiler **Severin Frei**, Geschäftsführer der Toggenburg-Drogerie und Rapper, sowie die beiden Filmemacher **Jonas Frei** und **Thomas Rickenmann** in einem berührenden Dokumentarfilm festgehalten. «Wir wollten keinen touristischen Film drehen, sondern das reale Leben entlang dieser Strasse zeigen», erklärt Severin Frei. «Dass ich Drogist bin, hat mir dabei in dem Sinne geholfen, dass es mir durch den täglichen Kontakt mit Kundinnen und Kunden leichtfällt, auf Menschen zuzugehen», erzählt der 29-jährige ESD-Absolvent.

Draht zu den Einheimischen

Dass er aufgrund von Hilfsprojekten seiner Mutter bereits längere Zeit in Südamerika gelebt hatte, half ebenfalls. «Dank meiner Sprachkenntnisse fand ich sehr schnell den Draht zu den Einheimischen. So konnten sehr intime Momente entstehen, auch wenn ich mein Gegenüber erst wenige Minuten kannte», erzählt er. Für den Film hat er unter dem Namen «El Siete» gemeinsam mit **Ives Irie** von den Delinquent Habits einen Song inklusive Videoclip produziert. «Damit ging für mich ein Bubentraum in Erfüllung», schwärmt Severin Frei. Denn vor 15 Jahren waren die Kult-Rapper seine ganz grossen Vorbilder. Dass Drogist und Rapmusik nicht zusammenpassen, findet er selber gar nicht. «Ich bin mit viel Herzblut Drogist, aber auch Rapper. So passt das ganz gut zusammen», meint er lachend.

Ann Kugler

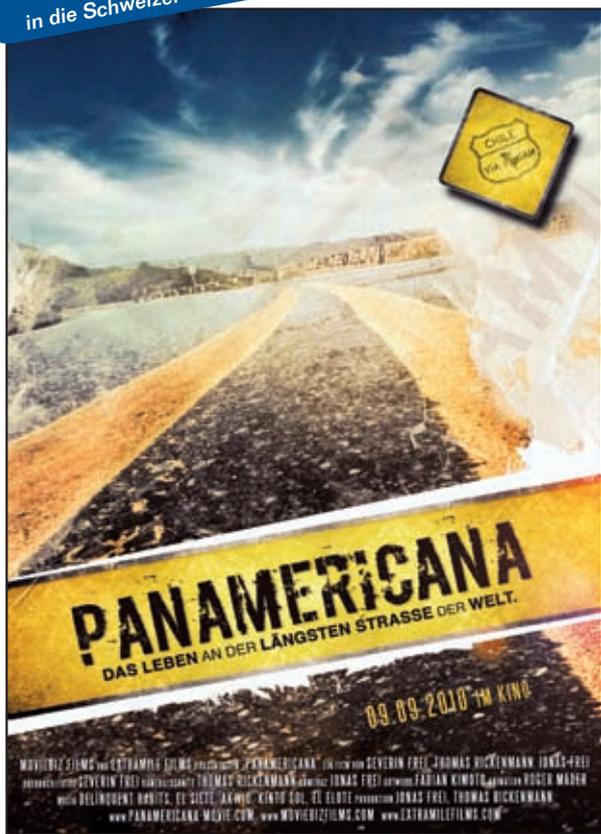


Foto: Thomas Gerstendörfer

Severin Frei alias El Siete und Delinquent Habits bei einem Auftritt mit ihrem Song «Via Panam», der extra für den Film produziert wurde.

Impressions de route

Le droguiste et rappeur **Severin Frei**, alias El Siete, a parcouru la mythique autoroute panaméricaine avec deux réalisateurs du Toggenburg. Ils rapportent de leur périple un documentaire émouvant: «**Panamericana**». Sortie prévue en **septembre** en Suisse. Détails sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur l'encadré et l'article s'affichera automatiquement.

Produkte-News

Goloy GmbH

Goloy 33: Energie- und Nährstoff-Pflegelinie. Goloy 33 ist eine auf die Hautfunktionen feinst abgestimmte Pflegelinie für sie und ihn. Alle Produkte basieren auf aktivem Sauerstoff (sorgt für eine bessere Durchblutung), Himalaya-Wasser (schenkt den Zellen mehr Feuchtigkeit) und biophysikalischen Mineralsalzen (stimulieren die Hautzellen). Goloy 33 enthält keine synthetischen Inhaltsstoffe und wird in der Schweiz hergestellt.

www.goloy33.com



ebi-pharm ag

HemoClin® – Gel zur Behandlung und Vorbeugung von Analbeschwerden. HemoClin® ist ein innovatives Produkt zur Anwendung bei Hämorrhoidalleiden und Analbeschwerden. Der Wirkstoff in HemoClin® ist ein patentierter bioaktiver 2QR-Komplex, welcher aus der Aloe barbadensis-Pflanze gewonnen wird. Dieser 2QR-Komplex hemmt schädliche Mikroorganismen und unterstützt die natürliche Heilung des betroffenen Gewebes.

www.ebi-pharm.ch



Gaba International AG

Blistex Lip Massage bietet eine neue Erfahrung in der Lippenpflege. Ein weicher Applikator mit Pflege-Lamellen massiert die Lippen und entfernt sanft trockene Hautschüppchen. Das cremige Gel hat eine leichte Textur, die rasch einzieht. Es enthält Jojoba- und Sonnenblumenöl sowie Pflegestoffe wie Sheabutter und Aloe Vera. Der Lichtschutzfaktor 15 schützt die empfindliche Lippenhaut vor schädlichen UVA- und UVB-Strahlen.

www.gaba.ch



ebi-pharm ag

Probiotika – Warum SymbioLact? Probiotika enthalten lebende Bakterien der natürlichen Mikroflora, die das Gleichgewicht im Darm unterstützen und unsere Abwehr stimulieren. SymbioLact® enthält die ideale Bakterienkombination für den Dünndarm (Lactobacillus) und den Dickdarm (Bifidobakterien) in einer genügend grossen Einheit (109 kolonienbildende Einheit pro Gramm), um eine umfassende Regulierung des Darmmilieus zu garantieren. Frei von Laktose und Gluten.

www.ebi-pharm.ch



Gaba International AG

meridol® Halitosis Mundspülung schützt wirksam vor Mundgeruch. Wer hat schon gerne Mundgeruch? Die neue Mundspülung aus der meridol® Forschung gibt Ihnen täglich das sichere Gefühl, dass Ihr Atem sauber und frisch ist. Die Mundspülung bekämpft mit einem 3-fach-Wirkmechanismus die Ursachen von Mundgeruch, indem es geruchsaktive Bakterien auf der Zunge und in der Mundhöhle inaktiviert, geruchsbildende Verbindungen neutralisiert sowie den Stoffwechsel geruchsaktiver Bakterien vermindert.

www.gaba.ch



IC Products SA

Um eine saubere, hygienische Umgebung zu haben, empfehlen wir unsere alkohol- und aldehydfreien Hygieneprodukte. Dank den hautschonenden Eigenschaften sind sie ideal für sensible Haut und für den öfteren Gebrauch. Unsere Desinfektionsmittel sind bakterizid, fungizid und selektiv viruzid. Sie sind sehr empfehlenswert für prophylaktische Massnahmen in Pandemiezeiten.

www.icproducts.ch



Bionaturis

Krillöl NKO, die Nahrungsergänzung der Zukunft! Novakrill (BAG) enthält 500 mg Krillöl NKO, die wirksamste, natürliche Quelle für Omega-3 (1–2 Kapseln pro Tag). Sein Trumpf ist die Synergie zwischen essenziellen Fettsäuren, Phospholipiden (Nervensystem) und Astaxanthin (Antioxidans). Mehrere Studien (auf Anfrage) haben die Wirksamkeit von NKO bei Hypercholesterinämie, PMS, Stimmungsschwankungen und Gelenkschmerzen bewiesen. Über den Grossisten (Pharmacode 448 46 15) oder direkt.

www.bionaturis.ch



ebi-pharm ag

PoxClin® – Cool Mousse für Kinder mit Windpocken. PoxClin® ist ein kühlender Schaum zur symptomatischen Behandlung bei Windpocken. Die natürlichen Inhaltsstoffe lindern den Juckreiz. Zudem beruhigen und pflegen sie die Haut. Der kühlende Schaum enthält den 2QR-Komplex, einen bioaktiven Bakterienhemmer, der aus der Aloe barbadensis-Pflanze gewonnen wird.

www.ebi-pharm.ch



Valora Trade Switzerland

Nuxo Mandelpurée ist ein aus kalifornischen Süssmandeln äusserst schonend verarbeitetes Naturprodukt, frei von Zusatzstoffen. Nuxo Mandelpurée eignet sich optimal für eine ausgewogene Ernährung. Mandeln sind eine grossartige Quelle erstklassiger Proteine, essentieller ungesättigter Fettsäuren, Mineralien und Vitaminen (E, B₁, B₂). Nuxo Mandelpurée ist geeignet für Salatsaucen ohne Öl, Mayonnaise ohne Eier, für Mandel- und Fruchtmilch oder Cremen, Müesli, Desserts, Gebäcke etc. www.nuxo.ch



ebi-pharm ag

PuraNox® – Spray zur Verminderung von Schnarchgeräuschen. Die meisten Schnarcher erzeugen ihre Schnarchgeräusche im Rachen und nicht durch die Nase. PuraNox® mindert die Schwingungen im hinteren Rachenbereich. Die pflanzlichen Inhaltstoffe Andorn und Schwarznessel bewirken, dass sich das weiche Gewebe des Gaumensegels und Gaumenzäpfchens zusammenzieht. Das Gewebe wird gestrafft und erzeugt weniger Schwingungen beim Durchgang der Atemluft. www.ebi-pharm.ch



Sun Snack

Datteln Medjool Bio – die neue Ernte ist eingetroffen! Die Sun-Snack Medjool Datteln Bio stammen aus dem Bard Valley, der trockeneren Region des fruchtbaren Colorado River Valley. Sie werden auch die ältesten Süssigkeiten der Welt genannt. Die neue Ernte 2010 der sonnengereiften, fruchtigen und aromatischen Sun-Snack Medjool Datteln aus kontrolliert biologischem Anbau ist eingetroffen und ab sofort erhältlich. www.sunsnack.ch



e.nützi

E. Nützi Söhne AG
Tel. 062 926 13 23
Fax 062 926 11 26
info@nuetziag.ch
www.nuetziag.ch

DROGERIEN- UND APOTHEKENBAU
E. Nützi Söhne AG, Murgenthalerstrasse 81, 4628 Wolfwil

Marktgass
Apotheke & Drogerie
Spillmann
8600 Dübendorf



«Es geht darum, die Essenz zu gewinnen!»

Anzeige

Neues Spagyrik-Labor der Spagyros AG in St. Brais (JU)



Feuer, Wasser, Luft & Erde. Die Elemente sind im neuen Labor Teil eines Ganzen.

Spagyrische Arzneien tragen sie in sich: die Kraft zu heilen. Patrick Baumann ist nicht nur in Fachkreisen als Spagyriker bekannt. Unbeirrbar und beharrlich verfolgt er seit jeher das Ziel, die wertvollste Qualität aus Heilpflanzen zu gewinnen: ihre reine, wahre Essenz. Nachdem die Schweizer Heilmittelbehörde Swissmedic den von ihm entwickelten Herstellungsprozess vor rund zwei Jahren anerkannte, ist nun ein weiterer wichtiger Schritt in Richtung Vervollkommnung der Spagyros-Spagyrik vollzogen. Seit einigen Wochen werden die liebevoll gesammelten Pflanzen auf «Malmaison» im jurassischen St. Brais verarbeitet. Dort ist in den letzten Monaten nach umfassenden Um- und Neubauarbeiten ein völlig neuartiges Spagyrik-Labor entstanden.

Spagyrik ist ein uraltes, ganzheitliches Naturheilverfahren. Durch die spezielle Art der Herstellung erhalten die Essenzen eine Dynamik, die im Körper Heilungsprozesse in Gang setzen kann. Die Arzneien tragen die Gesetzmässigkeit des Lebens „einprogrammiert“ und vermitteln dadurch dem Körper nicht nur die Heilkraft der Pflanze, sondern auch das „Programm“, wie diese zu verwenden

sind. Die Beherrschung der sehr komplexen Herstellung entscheidet über die Wirksamkeit und Akzeptanz der Arzneimittel.

Für Patrick Baumann geht mit dem Bezug des neuen Labors ein Traum in Erfüllung. Seit mehr als 25 Jahren hat er an der Prozessoptimierung gearbeitet. Spagyrika „nach Baumann“ geniessen heute einen hervorragenden Ruf bei Patienten, Fachhändlern und Verordnern. Am neuen Standort ging es nicht nur darum, die anspruchsvollen GMP-Richtlinien umzusetzen, sondern auch ein Umfeld zu schaffen, in welchem die Werte der alchemistischen Wurzeln der Spagyrik ihren Niederschlag finden. Dazu gehört nicht nur die von negativen Einflüssen wie hektischem Verkehr und Elektrosmog freie, einmalige Umgebung der Jurahöhen. Dazu gehört auch die ihrer Bestimmung adäquate Gestaltung der Räumlichkeiten. «Genauso, wie die Form des Destillierkolbens sich auf die Qualität des Destillates auswirkt, so prägt ein Raum das, was darin geschieht», erklärt Christine Funke, Apothekerin und neben Baumann das zweite Stand-



«Malmaison» wurde vom jurassischen Bauernhaus zum GMP-Herstellungsbetrieb und Schulungszentrum. Der «Hausher» Patrick Baumann und seine Kollegin Christine Funke sind stolz auf ihr neues Zuhause. Dort werden künftig auch Schulungen, Lehrgangsmodule und Labortage angeboten.

bein im neuen Spagyriklabor. So ist nicht nur eine moderne Produktionsstätte, sondern ein Ort der Kraft entstanden!

Einzigartig ist die Tatsache, dass Spagyros-Spagyrik, dank konsequenter Umsetzung alchemistischer Prozesse weiterhin in der originalen D1-Qualität angeboten werden kann. Sie muss nicht, wie in der HAS-Liste vorgesehen, auf D4, D8 oder noch weiter verdünnt werden. Die dazu eingereichten Unterlagen und Nachweise wurden von Swissmedic sorgfältig überprüft und umfassend anerkannt.

Im Herbst 2010 und Frühjahr 2011 werden die Türen des neuen Labors geöffnet. Die Daten werden auf www.spagyros.ch publiziert.

Naturheilmittel
aus der Schweiz



SPAGYROS

Spagyros AG · Tannackerstrasse 7 · 3073 Gümligen

Telefon: 031 959 55 88 · Telefax: 031 959 55 89 · e-mail: spagyros@spagyros.ch

Geregeltes Menü fürs 1. Jahr

Wissen In Sachen Säuglingsernährung hat sich vieles verändert. Davon betroffen sind unter anderem der erhöhte Stellenwert der Muttermilch, die Ernährung allergiegefährdeter Babys und die Bewerbung der Produkte. Ein Resümee.



Die WHO empfiehlt, Säuglinge in den ersten sechs Monaten ausschliesslich zu stillen. In der Schweiz wurde deshalb 1982 im Sinne der Stillförderung ein «Verhaltenscodex der Hersteller von Muttermilch-Ersatzpräparaten» lanciert (basierend auf einem internationalen Codex der WHO). Jüngst wurde der Codex zum dritten Mal überarbeitet und von allen Herstellern von Babynahrungen unterschrieben. Darin berücksichtigt sind die neu in Art. 11a der Lebensmittel- und Gebrauchsgegenständeverordnung (LGV) aufgenommenen Anpreisungsbeschränkungen für Säuglingsanfangsnahrungen sowie die revidierte Verordnung über Speziallebensmittel (Spez VO). Übergeordnetes Ziel ist die Vermeidung des Eindrucks, Säuglingsnahrungen seien gleich gut oder besser als die Muttermilch.

Auf den Packungen der Anfangsnahrungen wird beispielsweise auf die Abbildung von Babys verzichtet, auf die Bedeutung der Muttermilch in den ersten sechs Monaten hingewiesen und die Inanspruchnahme einer Fachberatung empfohlen.

Einschneidende Änderungen bezüglich Anpreisungen

Änderungen bei der Bewerbung der Säuglingsanfangsmilchen haben auch für Drogeristen Konsequenzen. Und diese sind weit grösser, als vielen bewusst ist. Vor allem die LGV (Art. 11a) und die Spez VO (Art. 17) spielen eine Rolle. So ist in Drogerien das Abgeben von Gratismustern von Anfangsmilchen nicht mehr erlaubt. Portionenbeutel sind ausschliesslich für den Verkauf bestimmt und dürfen nicht mehr als «Muster» bezeichnet werden. An diese Auflagen halten sich auch die Hersteller: Wenn eine Mutter eine Probeportion anfordert, erhält sie diese nur gegen Entrichtung des Verkaufspreises, beispielsweise indem sie den entsprechenden Wert in Briefmarken einreicht. Firmen wie Nestlé und Milupa stellen gegenwärtig keine Anfangsmilch-Portionenbeutel mehr her. Bimbosan bietet die Anfangsmilchen im Baukastensystem an. Sie empfiehlt die Anfangsnahrung in Kombination mit Schoppenzusätzen, die dann als Folge-

nahrung gilt. Hier ist eine Musterabgabe nur in Kombination der Anfangsmilch und des Schoppenzusatzes (in der Regel verbunden mit einer Banderole und der Aufschrift «Beikost») zulässig.

Das Verbot der Musterabgabe ist nur ein Teil der neuen Bestimmungen. «Bei den Anfangsmilchen sind Preisnachlässe jeglicher Art untersagt», erklärt **Beat Hodler**, Geschäftsführer der Vereinigung Diät. Dies, um nicht zu deren Verkauf zu animieren (einen verbindlichen Richtpreis gibt es aber nicht, das würde gegen das Kartellgesetz verstossen). Zu vermeiden sind Angaben wie «Aktion», «Aktionspreis» oder «Tiefpreis». Vor allem Kleber mit der Aufschrift «Aktion», «Dauertiefpreis» oder «Tiefpreis» sind in vielen Drogerien noch immer gang und gäbe. Grundsätzlich sind alle Preisaktionen verboten. Dazu gehören auch Geschenke oder Kombinationsvergünstigungen («drei für zwei»). Bei Stempel- und Treuebonkarten sollte darauf geachtet werden, dass diese ausdrücklich nicht für Anfangsnahrungen gelten. Zudem darf im Schaufenster keine Säuglingsanfangsnahrung ausgestellt oder beworben werden.

Achtung: Alle Regeln gelten auch für die Anpreisung der Anfangsmilch im Internet oder im Rahmen von Mailings. Die Bewerbung von Säuglingsanfangsnahrung in

Gut zu wissen

Bereiten Sie sich auf die Fragen Ihrer Kunden vor: **Babynahrung** steht auch im *Drogistenstern* vom September im Zentrum.

Publikumszeitschriften ist ebenfalls unter-sagt. Die Einschränkungen stossen in der Branche nicht nur auf Verständnis. Im Ge-genteil: «Die Reaktionen seitens ver-schiedener Drogisten sind zum Teil sehr kritisch», sagt Hodler. An den Richtlinien zu rütteln gibt es aber nichts. Die sind in Kraft und müssen von allen befolgt wer-den. Kontrolliert wird die Einhaltung von den jeweiligen Kantonschemikern. Und diese sind nicht untätig. Im letzten Herbst wurde beispielsweise im Kanton Aargau bei neun von zehn Betrieben die Bewer-bung der Säuglingsanfangsnahrung bean-standet. 14 Beschwerden gab es zu ver-zeichnen. Sechs Betriebe hatten zum Beispiel ein Gestellschild «Dauertief-preis» angebracht, vier verwendeten Preiskleber wie «Aktion» oder «verbillig-ter Preis».

Allergenarme Ernährung verliert an Bedeutung

Die Empfehlungen der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie (SGP) in Sa-chen Kinderernährung gelten – neben den gesetzlichen Bestimmungen – jeweils als Richtlinie für Kinderärzte, Mütterberate-rinnen und andere Fachpersonen wie Dro-gisten. «Die wichtigste Änderung der letz-ten Zeit betrifft die Primärprävention von Allergien für Neugeborene und Säuglin-ge», sagt **Christian Braegger**, Vorsitzen-der der Ernährungskommission SGP und Kinderarzt mit Spezialgebiet Gastroente-rologie und Ernährung am Kinderspital Zürich.

Leiden Eltern und/oder Geschwister von Säuglingen an Allergien, war bis anhin ei-ne allergenarme Ernährung empfohlen. Dazu gehörte die Vermeidung bestimmter

Lebensmittel in den ersten Lebensjahren wie etwa Eier, Fisch, Kiwi, Erdnüsse, Nüs-se und Mandeln. «Das ist nicht nötig, denn der Nutzen einer allergenarmen Di-äten für die Prävention ist nicht erwie-sen», sagt Braegger.

Weiterhin gilt, dass bei Neugeborenen und Säuglingen mit erhöhtem Atopie-risiko, welche nicht oder nur teilweise gestillt werden, in den ersten sechs Mo-naten – als Alternative zu einer herkömm-lichen Säuglingsanfangsnahrung – partiell hydrolysierte Muttermilchersatzpräparate (HA-Milch) verwendet werden können. Es gibt wissenschaftliche Hinweise darauf, dass diese Produkte einen präventiven Effekt für die atopische Dermatitis wäh-rend der ersten sechs Monate haben. Nach dem Alter von sechs Monaten gibt es jedoch kaum Hinweise auf einen aller-giepräventiven Effekt von HA-Produkten. Ein Tipp für die Beratung, falls eine HA-Milch in Einsatz kommt: Diese schmeckt bitter und ist ein geschmacklicher Kontrast zur süssen Muttermilch. Die Bitterkeit ent-steht aufgrund des notwendigen Herstel-lungsverfahrens und ist kein Zeichen für eine mangelhafte Produktqualität.

Laut Braegger ist in den ersten sechs Mo-naten auch kein Verzicht auf glutenhaltige Nahrung mehr angezeigt. Im Gegenteil: «Nach heutigen Erkenntnissen sollten glutenhaltige Getreidesorten wie Weizen zwischen dem fünften und siebten Monat eingeführt werden, zu Beginn jedoch nur in kleinen Mengen. Idealerweise wird glu-tenhaltiges Getreide noch während der Stillzeit eingeführt, da dies einen präven-tiven Effekt auf die Entwicklung einer Zö-liakie haben kann», so der Ernährungs-experte. ▶

Flaschennahrung: häufige Fehler

- Zubereitung «à la Handgelenk mal Pi». Die Anleitung (Temperatur, Dosierung, Wasserart etc.) befolgen. (→ Beschwerden)
- Schoppen stundenlang im Schoppenwärmer oder bei Zimmertemperatur stehen lassen. Milch wird sauer → Beschwerden.
- Schoppen zu fest zudrehen → Vakuum. Beim Trinken müssen Luftbläschen entstehen.
- Sauger beim Trinken nur halb gefüllt. Kind schluckt Luft → Blähungen.
- In Mikrowelle erhitzte Flasche nicht geschüttelt: Flüssigkeit unterschiedlich heiss → Verbrennungsgefahr.
- Sauger und Flaschen zu lange in Gebrauch (Risse, Kratzer) → Hygienerisiko.

Menu en règle pour la 1^{re} année

Les adaptations légales concernant la publicité des laits de départ ne sont pas sans conséquences pour les dro-guistes. Ainsi, la remise d'échantillons de lait de départ gratuits n'est plus autorisée. Les sachets-portions sont exclusivement réservés à la vente et ne peuvent plus être considérés comme des «échantillons». Ces dis-positions sont également respectées par les fabricants, qui ne peuvent four-nir d'échantillon à la demande d'une maman que contre un émolument équivalent au prix d'achat, par exem-ple sous forme de timbres-poste. L'in-terdiction de distribuer des échan-tillons gratuits n'est que l'une des nouvelles dispositions légales. Ainsi, comme le relève Beat Hodler, direc-teur de la Fédération des Industries Alimentaires Suisses «Toute réduc-tion de prix est interdite pour les laits de départ. Ceci pour ne pas inciter à l'achat. Il faut donc éviter les mentions telles que «action», «prix action», ou «prix bas».

Ces restrictions ne sont pas toujours bien accueillies dans la branche. Au contraire: «Les réactions de certains droguistes s'avèrent très critiques», affirme Beat Hodler. Pourtant ces li-gnes directrices ne peuvent être remi-ses en question. Elles sont entrées en vigueur et doivent être respectées par tous. Les droguistes doivent donc être au fait des modifications et des nouveautés et utiliser ces connais-sances lorsqu'ils transmettent des conseils spécialisés. Car leurs conseils pratiques sont également très deman-dés dans le domaine de l'alimentation des bébés.

Pour connaître toutes nouveautés, légales et nutri-tionnelles, en matière d'**ali-mentation des nourrissons**, rendez-vous sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cli-quez ensuite sur la colonne et l'article en français s'affichera automatiquement.

Neue Wege von der Anfangs- zur Folgekost

Die Zusammensetzung der Babynahrung ist der Verordnung über Speziallebensmittel streng geregelt. Unterschieden wird zwischen Säuglingsanfangsmilch und -folgemilch. Erstere eignet sich ab Geburt bis zwölf Monate, Letztere (neu) ab dem siebten Monat (bis drei Jahre). Basis der klassischen Säuglingsmilch bildet die Kuhmilch. Es gibt Anfangsmilchen, die ausschliesslich Laktose enthalten (wie Muttermilch). Andere werden mit zusätzlichen Kohlehydraten wie Maltodextrin ergänzt. Früher wurden die Anfangsmilchen deshalb in Typ A und B oder 1 und 2 eingeteilt. Das ist heute nicht mehr üblich (Begriffe wie «humanisiert», «maternisiert», «adaptiert» u. Ä. sind heute nicht mehr erlaubt). Die SGP stuft beide Varianten als gleichwertig ein.

Oft wird in den ersten Wochen (bis ca. drei Monate) jedoch die «Laktosemilch» bevorzugt. Dafür sprechen laut **Ruth Riggenbach**, Hebamme und Stillberaterin am Spital Uster (ZH) zwei Aspekte:

Das Verdauungssystem des Säuglings ist bei der Geburt auf Laktose ausgerichtet, enthält es doch anfänglich eine grosse Menge des Enzyms Lactase. Zudem werde bei den ganz Kleinen einer Übersättigung vorgebeugt.

Die SGP rät von flüssigen Beikostprodukten sowie Zusätzen zu Anfangs- und Folgemilchen ab, weil dadurch der Energiegehalt (80 bis 110 kcal/100ml) zu hoch wird.

In der Verordnung über Speziallebensmittel ist für Anfangs- und Folgemilchen ein Energiegehalt 60 bis 70 kcal/100ml vorgeschrieben.

Zum Nachschlagen

www.swiss-paediatrics.org

www.muetterberatung.ch

www.stillen.ch

www.allaiter.ch

www.fial.ch

www.bag.admin.ch

d-inside 12/2008, 1/2009:

<http://d-inside.drogoserver.ch>

Das Neuste in Kürze

Anfangsmilch:

- Die Abgabe von Gratismustern ist verboten (Verkauf erlaubt)
- Preisnachlässe sind illegal, z. B.:
 - Tiefpreis-Kleber oder -Plakate
 - Stempel- und Treuebonkarten
 - Geschenke beim Kauf eines Produkts
 - Kombinationsvergünstigungen («3 für 2»)
- Bewerbung im Schaufenster oder in Publikumszeitschriften ist verboten

Folgemilch: Erst ab sechs Monaten

Brei: Frühestens ab dem fünften, spätestens ab dem siebten Monat

Allergie: Allergenarme Ernährung im ersten Jahr ist kein Muss mehr



Nicht alle Lebensmittel gehören bereits auf den Speiseplan von Säuglingen.

Ungeeignete Lebensmittel

Nicht alle Lebensmittel eignen sich für ein Kleinkind unter einem Jahr. Deshalb sollte man sie im ersten Lebensjahr besser vermeiden.

Verbotene Lebensmittel	Begründung
Quark	Enthält zu viel Eiweiss, das die Nieren belastet
Rohe Eier	Salmonellengefahr
Rohmilch	Salmonellengefahr
Salat	Können Babys noch nicht kauen
Hülsenfrüchte (Erbsen, Linsen, dicke Bohnen)	Können beim Baby zu Blähungen führen
Kaltgepresste Öle	Enthalten Peroxide und zu viele Schadstoffe, die für die Leber des Babys giftig sind
Honig	Kann Botulismussporen enthalten, welche im unreifen Darm des Babys auskeimen. Dies führt zu einer Vergiftung, die tödlich enden kann.
Salz	Belastet die Nieren; ganz geringe Mengen, beispielsweise in Salzwasser gekochte Nudeln, sind für ein Baby von mindestens acht Monaten unbedenklich
Nüsse	Ganze Nüsse, insbesondere Erdnüsse, dem Kind erst mit drei Jahren geben. Es besteht Erstickungsgefahr, wenn eine Nuss in die Luftröhre gerät.
Alkohol	Für Kinder giftig
Künstliche Süsstoffe	Die unschädliche Menge ist insbesondere bei Kleinkindern schnell überschritten
Scharfe Gewürze	Werden vom Baby schlecht vertragen

Quelle: Gabi Eugster: «Babyernährung gesund & richtig» (siehe Buchtipp Seite 48)

Brei ab dem siebten Monat ein Muss

Die erste Breinahrung steht nach den aktuellen SGP-Empfehlungen frühestens ab dem fünften und spätestens ab dem siebten Monat auf dem Speiseplan. Vorher auf keinen Fall, da die Nieren zu stark belastet würden. Laut Braegger spielt es keine Rolle, ob mit einem Früchte-, Gemüse- oder Getreidebrei gestartet wird. 150 bis 300 Gramm Brei gilt als vollständige Mahlzeit, dann muss nicht mehr nachgeschöpft werden.

Wichtig: Bei selbst gemachtem Gemüse- oder Getreidebrei kann kurz vor dem «Servieren» ein Teelöffel Öl pro 100 g Brei beigegeben werden, damit fettlösliche Vitamine besser aufgenommen werden. Sonnenblumenöl, Rapsöl, Maiskeimöl und Olivenöl eignen sich gut. Salz ist nicht erlaubt. Dass Bouillon und Streuwürze

salzhaltig sind, ist laut **Maria-Theresia Giroud**, Mütterberaterin des Amtes für Jugend und Berufsberatung Kanton Zürich Region Ost, vielen Eltern nicht bewusst. Ab dem sechsten oder siebten Monat gehört auch Fleisch auf den Speiseplan (ein- bis zweimal die Woche). Brotrinde kauen oder Biskuits sind dann erlaubt, wenn der Säugling diese selber halten und kauen kann. «Neues – ob Flaschnahrung oder Brei – unbedingt tagsüber einführen, damit bei einer allfälligen Unverträglichkeitsreaktion des Kindes gut und schnell reagiert werden kann», rät Giroud. Spätestens zum Ende des ersten Lebensjahres sollte das Kind täglich drei bis vier Breimahlzeiten erhalten.

Strenge Vorschriften zerstreuen Unsicherheit

Bei Anfangsmilchen und vor allem bei Fol-

gemilchen gibt es eine grosse Auswahl an Produkten mit Zusatzindikationen. Braegger weist darauf hin, dass es oft keine wirklich fundierten klinischen Studien gibt, welche die propagierten Vorteile belegen. Er wünscht sich, dass gewisse Aussagen über Wirkungen einzelner Produkte wissenschaftlich besser dokumentiert und kontrolliert würden. «Trotzdem, die gesetzlichen Vorschriften für die Rezepturen sind streng, man kann eigentlich fast nichts falsch machen», erläutert Braegger. Drogisten sollten die Neuerungen kennen und ihr Wissen in die Beratung einbinden. Ein grosses Beratungspotenzial liegt auch im praktischen Umgang mit der Flaschnahrung. Laut Giroud sind viele Beschwerden der Kleinen auf eine unsachgemässe Handhabung zurückzuführen.

Sandra Hallauer

NEW SUPER PREMIUM

Der Bimbosan AG ist es gelungen eine einzigartige sehr gut verträgliche Rezeptur für Säuglingsmilchpulver mit allen neuesten Komponenten der modernen Zeit zu entwickeln.

Dieses Produkt entspricht der aktuellen Lebensmittelverordnung und enthält nebst den üblichen Vitaminen und Mineralstoffen sowohl Omega 3 und Omega 6, GOS Prebiotika, 5 Nukleotide und langkettige, mehrfach ungesättigte Fettsäuren ARA und DHA, jedoch **kein Palmöl**. Diese spezielle Zusammensetzung unterstützt die ideale Entwicklung und das Wohlbefinden des Säuglings.

Selbst in dieser super Zusammensetzung bleibt als super Herkunft die Schweiz, mit den Nachfüllbeuteln super ökologisch, super gut verträglich und mit super Geschmack, einfach super. Auch die Super Premium 1 offerieren wir in den beliebten Probier- und Reiseportionen, die Sie bei der Bimbosan AG direkt oder beim Grossisten beziehen können. Musterportionen von Folgemilch, Schoppenzusätzen und Brei gibt es weiterhin gratis.

In Zukunft haben junge Eltern mit Bimbosan die Wahl zwischen einer wissenschaftlichen supermodernen Säuglingsmilch mit anschliessender Folgemilch oder

der bewährten Bimbosan Säuglingsmilch traditionell und Bio mit dem einzigartigen individuellen Baukastensystem.

Wir werden diese Milchserie gross propagieren, erstens durch direkten Musterversand der Folgemilch an die Geburtenadressen, aber auch in den Fachzeitschriften und über die Mütterberatung. Die Apotheken und Drogerien werden grosszügig mit Werbematerial versehen.

Information:

- Die bisherigen Bimbosan Milchpulver bleiben weiterhin auf dem Markt.
- Schoppenzusätze können auch in die Super Premium 1 Anfangsmilch gegeben werden.

Dank der grössten je durchgeführten Werbung von Bimbosan haben Sie mit der fachhandelstreu Super Premium Säuglingsmilch wieder eine Chance, sich gegenüber den Grossverteilern zu profilieren.

Start dieser ganzen Serie 23.08.2010. Haben Sie schon vom Einführungsangebot 12% der Firma Messerli Display profitiert?

Bimbosan
Schweizer Produkt
Produit Suisse
Prodotto Svizzero
Swiss Product

Vertrauen auch Sie auf 78 JAHRE Erfahrung

Vitamin A, C, E

Omega 3

Vitamin B2, B12

Biotin

Bimbosan SUPER PREMIUM 2

Knackpunkt Knie

Gelenke Übergewicht, Verletzungen und hohes Alter – das sind laut Statistik die häufigsten Gründe für die Zunahme der Kniearthrose in der Schweiz. Zum Glück mehren sich auch die Beratungsmöglichkeiten der Drogistinnen und Drogisten – dank wirkungsvolleren Produkten und dem Hinweis auf sinnvolle Begleittherapien.



Foto: pixello.de

Tag für Tag werden in der Schweiz etwa zwanzig künstliche Kniegelenke eingepflanzt. Eine teure und nicht immer langlebige Lösung. Und manchmal würde es sicher helfen, wenn die Präventionsmöglichkeiten der Gonarthrose voll ausgeschöpft würden. Dabei spielt die rechtzeitige drogistische Beratung eine wichtige Rolle – umso mehr als zahlreiche (potenzielle) Arthrose-Betroffene regelmässig in die Drogerien kommen, unter ihnen ältere, übergewichtige und sportlich besonders aktive Menschen.

Dank innovativen Präparaten wachsen die Beratungsmöglichkeiten von Jahr zu Jahr. Zurzeit an vorderster Front: die neuste Generation der Knorpelschutzmittel (Chondroprotektiva). Noch vor drei Jahren waren in der Drogerie lediglich Glucosamin-Präparate erhältlich.

Doch seither hat sich die Produktpalette massiv vergrössert. So legen Hersteller mehrere randomisierte, placebokontrollierte Doppelblindstudien vor, die belegen, dass die Kombination der beiden Substanzen die Beweglichkeit des Gelenks erhöhen, die Struktur erhalten und schmerzlindernd wirken soll.

Mit Vita Mobility Complex der Firma Vita Health Care erschien 2008 das erste rezeptfreie Knorpelschutzmittel auf dem Schweizer Markt, das beide Wirkstoffe kombiniert. Vita Mobility Complex enthält 1230 mg Glucosaminsulfat und 500 mg Chondroitinsulfat – ausserdem Kupfer, Mangan und Chrom, die für den Knorpelstoffwechsel wichtig sind.

Während das Beratungspotenzial wächst, bleiben die behördlich legitimierten Beratungsaussagen eingeschränkt. Dazu **Christoph Nussbaum**, Geschäftsführer der Vita Health Care: «Behördlich ist bei der Abgabe von Vita Mobility Complex lediglich der Hinweis erlaubt, dass das Nahrungsergänzungsmittel Bindegewebe und Knorpel ernährt und die Gelenkbeweglichkeit verbessert.»

Sulfat und Chlorid gleichwertig

Ähnliches gilt für das Ende August 2010 eingeführte Olflex plus der Mepha Phar-

ma sowie das im Dezember 2008 lancierte Knorpelschutzmittel Voltaflex Plus. Letzteres enthält pro Tablette 416 mg Glucosamin und 365 mg Chondroitinsulfat. Laut der Novartis Consumer Health Schweiz AG dürfen Drogistinnen und Drogisten lediglich darauf hinweisen, dass Voltaflex Plus die Gelenkbeweglichkeit erhält.

Wer Voltaflex Plus, Vita Mobility Complex und Olflex plus vergleicht, stellt fest, dass das Novartis-Produkt Glucosaminhydrochlorid enthält, das Produkt der Vita Health Care sowie der Mepha Pharma dagegen Glucosaminsulfat.



Foto: Rolf Neeser

Knien vermeiden, fleissig trainieren und keine schweren Lasten tragen: Das hilft, Knieproblemen vorzubeugen.

Gut zu wissen

Bereiten Sie sich auf die Fragen Ihrer Kunden vor: **Gelenke** stehen auch im *Drogistenstern* vom September im Zentrum.

Gemäss einem kürzlichen Bericht der internationalen Osteoarthritis Research Society soll die pharmakologische Wirkung der beiden Substanzen gleichwertig sein, weil das saure Magenmilieu bei beiden identische Glucosaminbausteine freisetze. (Originalzitat: «Pharmalogical effects of glucosamine sulphate and glucosamine hydrochloride should not differ as both dissociate in the acid milieu of the stomach to release an identical amino sugar, glucosamine.») Gemeinsam ist den beiden Chondroprotektiva zudem, dass sie weder an Schwangere, Stillende, Kinder oder Jugendliche abgegeben werden dürfen, genauso wenig wie an Personen, die blutgerinnungshemmende Medikamente einnehmen.

Neues Anti-Aging-Mittel?

Mit Vita Pro-Flex Drink befindet sich seit Mai 2010 ein noch kompletteres Chondroprotektivum im Drogeriekanal: Das von Vita Health Care gemeinsam mit dem Basler Sportarzt **Dr. med. Bernhard Segesser** und dem Orthopäden **Prof. med. Roland Jakob** entwickelte Nahrungsergänzungsmittel enthält 1230 mg Glucosaminsulfat, 500 mg Chondroitinsulfat und erstmals 10 Gramm Kollagen-Hydrolysat – ein wichtiger Baustoff für Sehnen, Bänder und Gelenkknorpel. Das Hydrolysat umfasst zwanzig Aminosäuren, darunter einen besonders hohen Anteil an Prolin und Glycin. Es wird aus Rinderspalt und Schweineschwarten extrahiert, danach gereinigt, aufkonzentriert, sterilisiert und getrocknet.

«Die Wirkung von Kollagen-Hydrolysat ist klinisch gut erforscht», sagt Christoph Nussbaum. «Die regelmässige Einnahme während mindestens drei Monaten steigert die Belastbarkeit, Reissfestigkeit und Stabilität der Kollagenfasern. Davon profitiert auch das Kniegelenk.» Medizinischen Studien zufolge wirke Kollagen-Hydrolysat zudem knorpelschützend und schmerzreduzierend und erhöhe die Beweglichkeit des Gelenks. Weibliche Drogerie-Kunden dürfte besonders faszinieren, dass «Kollagen-Hydrolysat die Festigkeit und Elastizität von Haar, Haut und Nägeln fördert», unterstreicht Christoph Nussbaum. Mancherorts werde das Nahrungsergänzungsmittel deshalb bereits als «Anti-Aging-Mittel» eingesetzt.

Neben den beiden Innovationen gibt es seit Mai 2010 eine dritte Neuheit: VitaPro-Flex Gel. Das speziell fürs arthrotische Knie entwickelte Gel kombiniert Glucosamin- und Chondroitinsulfat. Es wirkt aufgrund der darin verarbeiteten ätherischen Öle (Eukalyptus, Menthol) zunächst kühlend. Nach circa 15 Minuten entfaltet sich die wärmende und durchblutungsfördernde Wirkung von Kampher, Pfefferfrucht, Zimtrinde, Rosmarin und Ingwer.

In einem Punkt sind sich die Anbieter der neuen Knorpelschutzmittel einig: «Die Produkte sollten mindestens drei Monate lang eingenommen werden», sagt Christoph Nussbaum. «So lange dauert es, bis sich die Wirkung der zugeführten Stoffe voll entfaltet.» Vorher aufhören sei schade ums Geld.

Keine Heilanpreisungen erlaubt

Nicht mehr ganz neu, aber nach wie vor aktuell ist Hagebuttenpulver. In Arztpraxen wird Rosa canina gerne in Dosierungen zwischen 5 und 10 Gramm pro Tag verordnet. Die offizielle Empfehlung des Herstellers lautet 5 Gramm pro Tag. Doch: Gemäss aktueller Rechtslage dürfen weder Hersteller noch Drogisten/-innen Aussagen zu möglichen Heilwirkungen von Hagebuttenpulver machen.

Ein Newcomer bei den Arthrosemitteln ist Krillöl. Das aus antarktischen Krill, also garnelenartigen Krustentieren, gewonnene Öl ist reich an Omega-3-Fettsäuren. Letztere sind im Krillöl hauptsächlich an Phospholipide gebunden und damit wasserdispergierbar. Im Gegensatz zu Omega-3 aus Fischöl sind Omega-3-Fettsäuren aus Krillöl also nicht gallenabhängig: Sie können die Dünndarmwand direkt passieren und sind deshalb laut Hersteller «einfacher und rascher verwertbar». Gemäss einer placebokontrollierten Studie des University Health Networks Toronto (Kanada) soll die Einnahme von 300 mg (Neptun-)Krillöl während 7 bis 14 Tagen nachweislich entzündungshemmend wirken und die Symptome von Arthrose und Arthritis senken.

Gelatine nicht vergessen!

Diese Produktneuheiten drängen manchen bewährten «Arthrose-Klassiker» in den Hintergrund – darunter die ▶

Préserver la mobilité des genoux

Tous les jours, on implante une vingtaine de genoux artificiels en Suisse. Une opération coûteuse dont les effets ne sont pas éternels. Il serait souvent certainement plus utile de mieux exploiter toutes les possibilités de prévention de la gonarthrose. En la matière, les conseils des droguistes sont très importants – d'autant que bon nombre de personnes susceptibles de souffrir d'arthrose se rendent régulièrement en droguerie. Il s'agit notamment des personnes âgées, en surpoids ou particulièrement sportives. Grâce aux nouvelles préparations, les possibilités de conseiller les clients s'étoffent chaque année. Actuellement en première ligne: la nouvelle génération de produits protégeant le cartilage, autrement dit les chondroprotecteurs. Il y a trois ans, seules les préparations de glucosamine étaient disponibles en droguerie. Depuis, la palette s'est considérablement agrandie. Et les fabricants ont publié de nombreuses études randomisées en double aveugle avec contrôle placebo qui démontrent que la combinaison de ces substances doit améliorer la mobilité de l'articulation, préserver sa structure et atténuer les douleurs. Face à ces nouveaux produits, on a souvent tendance à oublier les préparations classiques et éprouvées contre l'arthrose. Comme la gélatine médicamenteuse ou le cynorrhodon.

Le point sur les nouveaux **chondroprotecteurs**, les avantages de l'**huile de krill**, l'importance de l'**alimentation** dans le développement de l'**arthrose** et des conseils ciblés pour prévenir les problèmes de genoux en droguerie sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur la colonne et l'article en français s'affichera automatiquement.

Medizinalgelatine. Dabei kann auch sie von grossem Nutzen sein, wie das Beispiel von **Claude Roggen** zeigt. Der Drogist aus Domdidier (FR) und seine Söhne Emanuel und Christophe geben in ihren Drogerien ein Kombinationsmittel aus Schweinegelatine, Teufelskralle und Tai-gawurzel ab. Das Präparat hemme laut Claude Roggen den Knorpelabbau und wirke schmerzstillend. Claude Roggen beobachtet weiter: «Es hat eine sehr gute Wirkung, beim Menschen wie auch bei Tieren.»

Ein weiteres wichtiges Standbein der Arthrose-Beratung der Familie Roggen ist ihr Arthrose-Komplexmittel E11. Der Oligokomplex ermögliche «gute Resultate bei Knie- und Wirbelsäulenarthrose», sagt Claude Roggen. Die Zahl «11» steht in diesem Fall für elf Substanzen, das heisst für die drei Mineralien Calciumcarbonat, Calciumphosphat und Silizium, für die fünf Heilpflanzen Schachtelhalm, Frauenmantel, Stechpalme, Kalmus, Beinwell und die Vitamine B₁, B₁₂ und E.

Klartext reden

Trotz bewährten Produkten findet es Claude Roggen wichtig, in der Drogerie

auch über die Ursachen der Arthrose zu informieren – insbesondere über die Ernährung. «Statt lediglich Basenmittel und Nahrungsergänzungsmittel zu verkaufen, sollten Drogistinnen und Drogisten darauf hinweisen, dass der Konsum raffinierter Kohlenhydrate den Knochen- und Knorpelstoffwechsel beeinträchtigt», sagt Claude Roggen. «Insbesondere junge Menschen müssen wissen, dass der einseitige Genuss von Softdrinks, Brot und Teigwaren die Entstehung der Arthrose fördert!» Mit dieser Ansicht steht Claude Roggen nicht allein da: Bereits die Ernährungspioniere Maximilian Bircher-Benner, Werner Kollath und Max Bruker wiesen auf die arthrosefördernde Wirkung von Haushaltszucker und Weissmehl hin.

Weniger roh, kalt und trocken

Ganzheitlich denkende Drogistinnen und Drogisten dürfte auch interessieren, dass die jahrtausendealte ayurvedische Medizin bei Arthrose ebenfalls empfiehlt, auf Weissmehl und raffinierten Zucker zu verzichten. Im Fachjargon der alterwürdigen Heilkunde tönt das dann etwa so: «Zucker und Weissmehl führen in Magen und Darm zur Bildung von Pitta-Ama», erklärt

Tamara Köhler, ayurvedische Ernährungsberaterin mit eigener Praxis in Münchenbuchsee bei Bern. «Diese sauer wirkenden Schlacken greifen die Gewebe an, auch den Knorpel des Kniegelenks.» Für das altersbedingte Trockenerwerden des Knorpelgewebes hat die ayurvedische Medizin ebenfalls eine Erklärung: «Das ist eine Folge der Vermehrung von Vata, also der Luftenergie, die im Alter automatisch zunimmt», erklärt Tamara Köhler. Als Gegenmassnahme solle nach ayurvedischer Erkenntnis eine Vata-reduzierende Ernährung dazu beitragen, Gelenksbeschwerden zu lindern. Im Detail hiesse das:

- Weniger rohe Nahrungsmittel essen, wie z. B. rohe Salate oder rohes Obst.
- Weniger kalte und trockene Speisen essen, wie z. B. Brot, Kekse, Knäcke-brot oder uneingeweichte Müesliflocken.
- Mehr warme und flüssigkeitsreiche Nahrungsmittel verzehren, zum Beispiel warme Suppen und sanft gedünstete Gemüse.

Petra Gutmann

Gesunde Knie in der Drogerie? Vorsorgen!

Laut dem Orthopäden **Dr. med. Nicola Biasca**, Leiter des Instituts für Sportmedizin in Samedan (GR), sind arthrosebegünstigende Haltungs- und Bewegungsfehler in der Schweizer Bevölkerung weitverbreitet. Deshalb empfiehlt Nicola Biasca: «Jeder sollte die eigenen Haltungs- und Bewegungsmuster frühzeitig durch einen Spezialisten überprüfen lassen. Das kostet zwar etwas, lohnt sich aber.» Zahlreiche Fälle von Kniearthrose könnten laut Nicola Biasca alleine durch diese Massnahme vermieden werden. Kämen bei der ärztlichen Abklärung tatsächlich knieschädigende Haltungs- oder Bewegungsfehler zum Vorschein, könnten diese mithilfe von Ergotherapie, Muskelaufbau und richtig angewandter Muskeldehnung korrigiert werden.

Knien vermeiden, fleissig trainieren: Drogistinnen und Drogisten empfiehlt Nicola Biasca, im Berufsalltag nach Möglichkeit keine schweren Lasten zu tragen und abrupte Bewegungen sowie häufiges Knien oder Rutschen auf den Knien zu meiden.

Wichtig sei ausserdem, dreimal pro Woche ein kniefreundliches, rund dreissigminütiges Training zu absolvieren. Nicola Biasca: «Dabei sollten die Muskeln von Fuss, Bein, Rücken und Bauch vor dem Training gründlich aufgewärmt und nach dem Training etwa zehn Minuten lang gedehnt werden.» Als kniefreundliche Sportarten betrachtet Spezialist Biasca vor allem Schwimmen, Gymnastik und Velofahren auf ebenem Gelände. «Auch Joggen und Nordic Walken auf weichem Grund sind in Ordnung», sagt Nicola Biasca. «Aber man sollte die Laufroute immer wieder ändern, um die Muskulatur vielfältig zu trainieren.»

Bei Verstauchungen, Zerrungen und Prellungen. Jetzt auch bei symptomatischer Gonarthrose.



- Schmerzlindernd
- Entzündungshemmend
- Tag und Nacht aktiv
- Gut verträglich
- Kühl und anschmiegsam
- Einfach in der Anwendung

Z: Diclofenacum epolaminum (Pflaster 1,3 g DHEP pro 100 g Gelatum). Liste C. I: Traumatisch bedingte Entzündungen an Sehnen, Bändern, Muskeln und Gelenken; Gonarthrose. D: 2x1 Pflaster/die. KI: Gesicherte Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff; Schwangerschaft 3. Trimenon. UW: Juckreiz, Rötung. IA: Keine bekannt. P: Verpackung mit 2, 5 oder 10 Pflastern.

IBSA Institut Biochimique SA, Headquarters and Marketing Operations, Via del Piano, CH-6915 Pambio-Noranco, www.ibsa.ch



Bewegt Menschen.

Auf den Zahn gefühlt

Mundhygiene Ist das Zahnfleisch gereizt, ist die Versuchung gross, das schmerzende Gebiet mit der Zahnbürste grossräumig zu «umputzen». Falsch. Das Zahnfleisch braucht zu diesem Zeitpunkt mehr Pflege denn je.



Foto: Flavia Trachsel

Heute setzt man auf Prävention: Das beginnt mit der Vorsorge in der Schule, geht über frühe regelmässige Kontrollen bis hin zur alljährlich durchgeführten professionellen Zahnreinigungen. Dass gerade die Reinigung der Zähne so wichtig ist, liegt an den vielen Bakterien, die sich im feuchtwarmen Milieu der Mundschleimhaut tummeln. Die Mundhöhle beherbergt mehr als 600 verschiedene Bakterienarten, die sich in jedem Winkel des Mundes verstecken. Nicht alle sind für die Mundgesundheit gefährlich. Während die Mehrheit der Bakterien für eine gesunde Mundflora sorgt, sind einige für den Zahnbelag (Plaque) auf der Zahnoberfläche, am Zahnfleischrand und in den Zahnzwischenräumen verantwortlich. Tägliches, gründliches Zähneputzen entfernt diesen Zahnbelag.

Wird der Belag jedoch unzureichend entfernt, können Giftstoffe bestimmter Bakterien in das Zahnfleisch dringen. Früher oder später entzündet es sich. Typische Anzeichen dafür sind Rötungen, Schwellungen sowie eine Neigung zu Zahnfleischblutungen. Meist ist das Zahnfleisch zudem empfindlich auf Berührung. Zusätzlich können sich Zahnfleischtaschen bilden. Diese sind die Vorstufe zur Parodontose, die unbehandelt zu Zahnfleischrückgang, Zahnhalsempfindlichkeiten und Zahnlockerungen führen kann. Oft beginnt der Entzündungsprozess mit einer akuten Gingivitis in den Zahnzwischenräumen. Dort ist das Zahnfleisch rot und leicht geschwollen. Bei Berührung blutet es. Ohne die entsprechende Mundhygiene und Behandlung kann die Gingivitis chronisch werden, zu sehr starkem Mundgeruch führen oder das Zahnfleisch geradezu verfressen. Eine unbehandelte Gingivitis ist auch der Ursprung einer chronisch adulten Parodontitis (AP).

den Wechseljahren zu Zahnfleischentzündungen. Ebenso Diabetes, Schilddrüsenüberfunktion, Störungen im Kalziumstoffwechsel und bestimmte Leukämieformen, Viren oder ein schwerer Vitamin-C-Mangel. Kündigt sich eine Zahnfleischentzündung an, ist der Griff zu Faden, Bürstchen und Schaber unumgänglich. So früh wie möglich. Präventiv hilft folgendes:

1. **Den Mund täglich gut spülen:** Mundspüllösungen beispielsweise auf der Basis von Salbeiextrakt, Kamillenextrakt oder Chlorhexidin wirken entzündungshemmend. Salbei ist reich an ätherischen Ölen wie Thujon, Cineol und Kampfer. Die Heilpflanze enthält zudem einen hohen Gehalt an Gerbstoffen. Dieses Gemisch verhindert das Wachstum von Bakterien und Pilzen. Die Gerbstoffe wirken entzündungshemmend. Kamillenextrakte enthalten Azulen. Dank diesem Wirkstoff hemmt die Kamille ebenfalls Entzündungen und festigt zudem das Zahnfleisch. Auch das bakterien- und pilzhemmende Teebaumöl und gerbstoffreiche Heilpflanzen wie die Ratanhiawurzel oder der Nelkenwurz finden in Mundspüllösungen Verwendung. Schnell und radikal wirkt das Chlorhexidin. Es zerstört die Zellmembranen

Gut zu wissen

Bereiten Sie sich auf die Fragen Ihrer Kunden vor: **Mundhygiene** steht auch im *Drogistenstern* vom September im Zentrum.

Lieber vorsorgen als leiden

Neben Plaque, Zahnstein und Karies am Zahnfleischrand führen auch Verletzungen durch zu harte Zahnbürsten, schlecht angepasste Prothesen, Zähneknirschen wie auch hormonelle Umstellungen in der Pubertät, in der Schwangerschaft und in

der Bakterien. Darüber hinaus hat es den Vorteil, dass es relativ lange auf der Schleimhaut haftet, ohne ins System einzudringen.

2. Geeignete Zahnbürste verwenden:

Wer bei der herkömmlichen, manuellen Reinigung bleibt, sollte seine Zähne möglichst mit einer Zahnbürste pflegen, die sehr weiche Borsten hat. Aber Vorsicht: Zahnpastaresten können zu wahren Bakterienherden werden. Die Zahnbürste sollte deshalb alle zwei Monate gewechselt werden. Elektrische Zahnbürsten sind der Handzahnbürste oft überlegen. Sie sind vor allem geeignet für Personen, die mit der normalen Zahnbürste kein befriedigendes Resultat erzielen. Insbesondere Kinder, Betagte und Menschen mit einer Behinderung. Ein wahres Multitalent in Sachen Reinigung ist die Schallzahnbürste. 30 000 Hin- und Herbewegungen macht sie pro Minute. Mithilfe der Hydrodynamik (Kraft und Flüssigkeitsbewegung) kann sie den Zahnbelag an unzugängliche Stellen entfernen. Besonders bei Kunden mit Implantaten, Zahnfleischentzündungen und Parodontitis, freiliegenden Zahnhälsen oder bei falscher Zahnpflichtechnik sind die hydrodynamischen Schallzahnbürsten angezeigt.

3. Die Zwischenräume pflegen:

Mit der Bürste erreicht man nur eine Flächenreinigung. Viele Bakterien sitzen aber zwischen den Zähnen. Diese kritische Stelle ist nur mit einem Faden zu erreichen. Mittels Interdentalbürstchen lassen sich durch horizontale Hin- und Herbewegungen bakterielle Beläge in genügend offenen Zahnzwischenräumen am besten entfernen. Zahnhölzer für die Mundhygiene sind dreieckig geformt aus weichem Holz. Gerade für ältere Menschen sind sie einfacher in der Handhabung als die Zahnseide.

4. Den Zungenbelag abschaben:

Die meisten Bakterien sitzen auf der Zunge. Nicht zuletzt wegen ihrer grossen, porösen Oberfläche. Tagsüber spült der Speichel die Bakterien weg. Nachts nicht, weil dann der Speichelfluss reduziert ist. Am Morgen siedeln

deshalb viele Bakterien auf dem pelzigen Überzug der Zunge. Sie sorgen mitunter für Mundgeruch und können über die Jahre Zahnfleischentzündungen begünstigen. Ein Zungenschaber, mit dem man am Morgen nüchtern die Zunge sanft abschabt, entfernt die Bakterien. Das sorgt für eine gesunde Mundflora und verhindert effektiv Mundgeruch.

5. Jährlich zur Dentalhygienikerin:

Auf Zahnstein und Zahnbelag können sich die Bakterien besonders gut ansiedeln. Die Zähne deshalb regelmässig davon befreien lassen.

6. Kaugummi kauen:

Das Kauen von zuckerfreiem Kaugummi verstärkt den natürlichen Speichelfluss. Der Speichel säubert die Zähne und reinigt ihre Oberflächen, was zu weniger Zahnstein und Karies führt. Inzwischen hat die Zahnmedizin auch herausgefunden, dass der Zuckeraustauschstoff Xylit karieshemmend wirkt. In den meisten Studien wird drei- bis fünfmal tägliches Kaugummikauen mit mindestens 5 Gramm Xylit durchgeführt und für die Praxis empfohlen.

Ein Entzündungsherd im Mund hat Auswirkungen auf das ganze Immunsystem. Die Entzündungsstoffe erhöhen das Risiko für Durchblutungsstörungen des Herzmuskels, für Schlaganfälle und Blutgerinnsel in den Beinvenen. Umgekehrt können viele Allgemeinerkrankungen wie Diabetes, Medikamenten-, Nikotin- und Alkoholabusus auch Auswirkungen auf die Mundschleimhaut oder den Zahnhalteapparat haben. Die beste Reinigung ist deshalb wirkungslos, wenn nicht auch das eventuell dahinterliegende Problem erkannt wird. ▶

Sabine Humi

Zum Nachschlagen

www.sso.ch

www.sgzm.ch

www.zahnwissen.de

www.xylix100.ch/pdfs/XYLITOL1.htm

Pour remordre à pleines dents

Les porteurs de dentiers pourraient bien être une espèce en voie de disparition. Car aujourd'hui, les dentistes mettent de plus en plus l'accent sur la prévention et la conservation des dents. Tout commence à l'école, avec les programmes de prévention des caries. Par la suite, les visites régulières de contrôle chez le dentiste et le nettoyage annuel des dents par l'hygiéniste dentaire permettent, en général, de conserver des dents saines jusqu'à un âge avancé.

Le nettoyage des dents est très important à cause des innombrables bactéries qui pullulent dans le milieu chaud et humide de la muqueuse buccale. La cavité buccale abrite plus de 600 sortes de bactéries différentes, bien cachées dans les moindres recoins de la bouche et des dents. Toutes ne sont pas dangereuses pour la santé. Mais si certaines participent à la santé de la flore buccale, d'autres sont responsables des dépôts (plaque) qui se forment à la surface des dents, au bord de la gencive et dans les espaces interdentaires. Se brosser soigneusement les dents tous les jours permet d'éliminer la plaque dentaire bactérienne et de retrouver des dents lisses. Mais si les mesures d'hygiène buccale sont insuffisantes ou inadéquates, la plaque dentaire bactérienne reste sur les dents. Les toxines libérées par certaines bactéries peuvent alors pénétrer dans les gencives. Ce qui, à plus ou moins brève échéance, peut provoquer de sérieuses inflammations.

Partant du principe que mieux vaut **prévenir** que souffrir, retrouvez tous nos conseils en matière d'**hygiène bucco-dentaire** sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur la colonne et l'article en français s'affichera automatiquement.



Getestet und empfohlen vom:



Ihre Empfehlung bei Heuschnupfen Jetzt im Fokus bei Ihren allergiegeplagten Kunden:

Emser® Nasendusche + Emser® Nasenspülsalz

- lindern typische Heuschnupfen-Symptome effektiv und ganz natürlich
- die unkomplizierte Lösung bei:
 - Pollen- und Hausstauballergien
 - starker Staub- und Schmutzbelastung
 - trockener Nase mit festsitzenden Borke



Die ideale Zusatzempfehlung: Emser® Nasensalbe sensitiv – pflegt die gereizte Nase und erschwert das Eindringen von Allergenen

Attraktive Platzierung im Emser® Modul Ihres Sidroga® Langzeitdisplays



www.emser.ch

Infos zum Emser® Sortiment im Sidroga® Langzeitdisplay.
Tel.: 062/7513737

Glossar zur Mundgesundheit

Begriffe, denen man in Zusammenhang mit der Mundgesundheit häufig begegnet.

Abrasivität von Zahnpasten: Zeigt wie stark eine Zahnpasta auf die Zahnhartsubstanzen (Schmelz, Dentin) wirkt. Die Stärke der Abrasivität hängt von der Härte, Menge und Grösse der Abrasivstoffe ab.

Bakterien: Bakterien sind sehr kleine, einzellige Lebewesen, sogenannte Mikroorganismen ohne echten Zellkern.

Bass-Technik: Von Zahnmedizinern empfohlene Zahnputztechnik: Ansetzen der Zahnbürste im 45-Grad-Winkel an den Zahnfleischrand, dann Rütteln mit kurzen horizontalen Bewegungen, anschliessend mit der Zahnbürste die Seiten vom Zahnfleischrand zur Kaufläche auswischen, um die gelösten Partikel zu entfernen.

Bleaching: Zahnaufhellung durch Bleichmittel

Bracket: Teil der festsitzenden Zahnspange, der auf die Zahnfläche geklebt wird, kann aus Metall oder Kunststoff sein

Brücke: Zahnersatz für die Versorgung einer Zahnücke, der an Pfeilerzähnen befestigt wird

Bruxismus: Unbewusstes, meist nächtliches, aber auch tagsüber ausgeführtes Zähneknirschen oder Aufeinanderpressen der Zähne. Dadurch verschleissen Zähne, der Zahnhalteapparat und zusätzlich das Kiefergelenk werden überlastet, die Kaumuskelatur sowie andere Muskelgruppen, die zur Stabilisierung des Kopfes angespannt werden, können geschädigt werden.

Erosion: Schmelzabtragung durch chemisch-physikalische Vorgänge. Beispiel: Häufiger und regelmässiger Genuss von Fruchtsäuren führt zu Erosion = Verlust von Zahnschmelz.

Fissur: Als Fissur bezeichnet man die Täler im Kauflächenrelief der Seitenzähne. Im Gegensatz dazu sind die Berge die Höcker. Fissuren sind der Hauptinfektionsort von Karies

Fissurenkaries: Karies in den Grübchen der Backenzähne

Fluoridierung: Man lässt über einen gewissen Zeitraum fluorhaltige Produkte auf den Zahnschmelz einwirken. Das Ziel ist die Härtung des Schmelzes und somit eine gesteigerte Widerstandsfähigkeit gegen Bakterien oder physischer Schädigung.

Gingivitis: Bakterielle Entzündung des Zahnfleisches

Halitose: Lat. Bezeichnung für Mundgeruch

Implantat: Ersatz einer Zahnwurzel, die in den Kieferknochen eingesetzt wird

Infektion: Eindringen und Vermehren von Mikroorganismen

Inlay: Im Labor gefertigte Zahnfüllung aus Gold oder Kunststoff

Initialkaries: Erstes Kariesstadium, bei dem nur Schäden unterhalb

Aktion Mundgesundheit 2010

Mundgeruch – sag's mir doch.

So heisst das diesjährige Motto der Aktion Mundgesundheit 2010. Die Aktion Mundgeruch findet vom **6. bis 17. September** statt. Initiiert von der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft, Swiss Dental Hygienists und der elmex® Forschung. Zentrale Informationsmittel sind nebst Plakaten auch eine hochwertige Aufklärungsbroschüre für Behandler sowie ein Flyer für die breite Bevölkerung: Dieser soll allen Personengruppen als Orientierungshilfe dienen. In Apotheken und Drogerien stützen spezielle Kartonsteller die Aufklärung. Mehr zur Aktion: www.mundgesund.ch

der Zahnschmelzoberfläche vorhanden sind. Äussere Anzeichen: weissliche Flecken (Kreideflecke) auf dem Schmelz. Nur vom Zahnarzt und mit Röntgenaufnahmen sicher feststellbar. Oft heilbar durch verbesserte Mundhygiene und genügende regelmässige Fluoridanwendung.

Jig-Schiene: Spezielle Form einer Aufbisschiene

KAI-Putzsystematik: Besonders für Kleinkinder (ab 2 Jahren) geeignete Systematik des Zähneputzens, zuerst werden die Kauflächen, dann die Aussen- und schliesslich die Innenflächen gereinigt

Karies: Häufigste Zahnerkrankung, auch «Zahnfäule» genannt. Entsteht durch Bakterien, die Kohlenhydrate und Zucker in Milchsäure umwandeln. Diese greifen den Zahnschmelz an und entziehen ihm Mineralien. Folge: Einbruch der Zahnsubstanz, Bildung von Löchern.

Kreidefleck: Weissliche Verfärbung der Zahnoberfläche bedingt durch Entkalkung der Zähne; Beginn von Karies

Lactobazillus: Der Laktobazillus ist eine spezielle Milchsäurebakterie, die in der Lage ist, Kariesbakterien gezielt zu erkennen und an diesen anzudocken. Dieser Effekt kommt beispielsweise bei der Anwendung von Zahnpasta zum Einsatz. Die Bindung der Kariesbakterien erleichtert die Entfernung der Erreger.

Läsion: Verletzung, Störung. «Kariöse Läsion» nennt der Zahnarzt ein «Loch» im Zahn = Karies.

Milchsäure: Stoffwechselprodukt, das bei der Vergärung von Zucker durch Milchsäurebakterien entsteht; führt zur Entkalkung der Zähne (Demineralisation) und dadurch zur Entstehung von Karies.

Multiband-Multibracket: Festsitzende Zahnspange

Neuritis: Akute oder chronische Nervenentzündung. Häufig vorkommende Begleiterscheinung bei länger andauernder Kieferentzündung. Der an der Schmerzleitung beteiligte Nerv entzündet sich als Folge der chronischen Überreizung selber. Der Schmerz wird weiterhin gemeldet, obwohl die Entzündungsstelle bereits wieder gesund ist.

Neuropathie: Erkrankungen peripherer Nerven ohne Entzündungsercheinungen.

Neuralgie: Reizung ohne erkennbare morphologische Schädigung, also ohne vorherige Entzündung oder ähnliches.

Okklusion: Der Verschluss, das heisst jeglicher Kontakt zwischen den Zähnen des Oberkiefers und des Unterkiefers. Die Kontaktpunkte liegen auf der Okklusionsebene, die nicht plan, sondern in der Sagittalen und der Transversalen gekrümmt (fachsprachlich: verwunden) ist. Die richtige Okklusion berücksichtigt sowohl die Zähne als auch das Kiefergelenk und die Kopfposition.

Parodontitis: Bakterielle Entzündung des Zahnhalteapparates mit Abbau des Kieferknochens

Parodontose: Rückgang des Zahnhalteapparates ohne Entzündung des Zahnfleisches

Plaque: Zahnbelag, der durch Nahrungsmittelrückstände entsteht

Prothese: Herausnehmbarer Zahnersatz

Remineralisation: Wiedereinlagerung von Mineralien in den Zahn

RDA-Wert: Wert, der die Abrasivität von Zahnpasta angibt. 30 = sehr gering, 70 – 80 = mittel, ab 100 stark abrasiv

Sekundärkaries: Karies an einem Zahn, der schon mit einer Füllung versehen ist.

Streptococcus mutans: Streptococcus mutans ist eine Bakterienart aus der Gattung der Streptokokken. Sie ist der Leitorganismus der Zahnkaries und ist bei fast jedem Menschen im Speichel vorhanden. Die Höhe der Konzentration an Streptococcus mutans im Speichel korreliert eng mit dem Kariesrisiko.

Veneers: Verblendschalen, die auf die Zahnfront aufgeklebt werden

Whitening-Zahnpasten: Zahnpasten zur Zahnaufhellung

Xerostomie: Starke Mundtrockenheit durch Mangel an Speichelfluss

Zahnfleischtaschen: Spaltraum zwischen Zahnwurzel und Zahnfleisch. Die Taschen entstehen, wenn sich der Zahnfleischrand aufgrund einer Entzündung vom Zahn löst. Werden die Taschen immer tiefer, droht Zahnausfall.

Zahnstein: Plaque, die durch Kalksalze aus dem Speichel verkalkt. (Die Aufzählung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit)

Für Ihre Erfolgserlebnisse.

Einkaufswelten von Wanzl Ladenbau



Wer verkaufen will, muss Emotionen wecken, neugierig machen, Freude bereiten. Wir eröffnen faszinierende Perspektiven für Sie – in der Shopgestaltung und Warenpräsentation wie auch im Wettbewerb.

Weitere Infos unter www.wanzl-ladenbau.ch



wanzl
Ladenbau

Rundumpflege für die Füße

Fusspflege Ein unbeweglicher, verkrümmter Finger lässt kaum jemanden kalt. Ein ebensolcher Zeh hingegen wird achselzuckend zur Kenntnis genommen. Zumindest solange die Zehen nicht schmerzen. Doch besonders beim Diabetiker kann diese Einstellung heikel sein.



Die Füße stecken den ganzen Tag in geschlossenen Schuhen, werden abends in Laufschuhe, Ballettschuhe, Tanzschuhe oder Kletterfinken gezwängt und müssen dort nochmals Hochleistungen erbringen. Am Wochenende sind dann die Wanderschuhe dran oder die unförmigen Hausfinken. In denen nur der schlurfende Gang möglich ist ... Vielleicht etwas überspitzt, aber doch mit einem Kern Wahrheit. Als Folge davon können die Zehengelenke mit der Zeit verkümmern, werden starr oder verschieben sich gar. Ein Hallux, Hammerzehen, Krallenzehen, Hühneraugen oder Spreizfüsse: alles Deformationen, die schmerzhaft sind, unschön aussehen und die Statik des ganzen Körpers beeinflussen können.

Gut zu wissen

Bereiten Sie sich auf die Fragen Ihrer Kunden vor: **Fusspflege** steht auch im *Drogistenstern* vom September im Zentrum.

Einen verspannten Nacken, einen verstauchten Finger oder eine schmerzende Schulter behandeln Kundinnen und Kunden mit einem warmen, die Muskeln entspannenden Bad und einer wärmenden Salbe. Beides soll aufgrund der Mehrdurchblutung die Muskeln weicher machen, damit sich der Arm oder der Kopf wieder frei bewegen lässt. Die einen versuchen daneben, die erstarrten Muskeln und Gelenke selber zu dehnen, die anderen lassen sich massieren. Bei den Füßen ist das anders. Da wird der Schmerz meist länger erduldet und das Gelenk ohne weitere Massnahmen abgepolstert.

Ende der Nebenrolle

Da stellt sich die Frage, wodurch – ausser in der Grösse – sich der Gelenkaufbau der Zehen von jenem eines anderen Körperteils unterscheidet. Damit die Kunden den Füßen Sorge tragen, sollten sie Folgendes realisieren:

- Der Fuss setzt sich aus 26 verschiedenen Knochen zusammen.
- Alle Knochen sind durch Gelenke mit den benachbarten Knochen verbunden.
- Allein die Zehen bestehen aus 14 beweglichen Gelenken, zwei in der grossen Zehe und je drei in den kleineren Zehen.

- Die fünf Mittelfussknochen erlauben mit ihren Gelenken das Heben und Senken des Fusses.
- Der Fuss hat etwa gleich viele Knochen wie die Hand.
- Bewegung bringt Blut und Nährstoffe in die Gelenke. Diese Nährstoffe sind wichtig für den Gelenkknorpel.
- Ein warmes Bad sorgt nach einem strengen Tag für Entspannung. Es lockert die Muskeln und entlastet somit auch die Gelenke. Die gleiche Wirkung hat ein Teilbad, das nur für die Füße bestimmt ist.

Die Bedeutung der Fusspflege wird vielleicht besser verstanden, wenn man sich bewusst wird, dass die feinen Gelenke am Fuss sich nicht von den grösseren am Knie oder am Finger unterscheiden. Wer Druckstellen, Hühneraugen oder Gelenkdeformationen an den Füßen hat, soll seine Füße wirklich kräftig und unzimperlich mit einer fettenden Salbe jeden Abend massieren. So, dass alle Gelenke an den Zehen wieder einmal passiv bewegt werden. Mindestens einmal pro Woche sollen die Gelenke und Muskeln zudem mit einem warmen Fussbad verwöhnt werden. Nach einem Bad lassen sich gleich auch die feinen Nagelhäutchen zurück-

schieben und die Nägel schneiden. Beide, die Nägel und die Nagelhaut, sind bereits nach wenigen Minuten im warmen Wasser weich und biegsam.

Ebenfalls weich ist dann die Hornhaut. Entfernt man sie jedoch in nassem Zustand, kann das die Haut irritieren und reizen. Was die Produktion von Hornhaut eher begünstigt. Die Hornhaut-, Druckstellen- und Hühneraugenentfernung geht der Kunde besser vor dem Fussbad an:

- Erste Anzeichen von Druckstellen und Hühneraugen mit der Fussfeile, dem Bimsstein oder dem Hobel entfernen. Ebenso die Hornhaut. Die Feile und der Bimsstein sind fein wie ein Sandpapier. Sie entfernen die Hornhaut auf sehr sanfte Art. Anders beim Hobel. Der ist bei starker Hornhaut zwar sehr effektiv. Gleichzeitig steigt aber die Verletzungsgefahr.
- Hornhautlösende Cremes enthalten in der Regel neben den fettenden, weichmachenden Komponenten auch Harnstoff. Letzterer befeuchtet die Hornschicht, beschleunigt das Eindringen von fettenden Substanzen, wirkt antibakteriell, hautschälend, juckreizstillend und hemmt die Gewebevermehrung der Epidermis.
- Eine weitere hornhautauflösende Substanz ist Salicylsäure. Sie ist in Salben oder auch in hornhautauflösenden Pflastern zu finden. Beim Auftragen gilt es, die gesunde Haut rund um die Druckstelle oder die Hornhaut mit einer fettenden Salbe zu schützen.



Der Fuss setzt sich aus 26 verschiedenen Knochen zusammen, die jeweils durch Gelenke mit den benachbarten Knochen verbunden sind.

Vor allem beim Entfernen und Auflösen von Hornhaut sollten Kunden mit Durchblutungsstörungen und Diabetes sehr vorsichtig vorgehen oder gleich Fachleute konsultieren.

Grund dafür ist die verminderte Wundheilung sowie die zum Teil reduzierte Gefühlsempfindung an den Füßen. Beides sind Spätkomplikationen von einem über Jahre immer wieder erhöhten Blutzuckerspiegel. Ob und nach wie vielen Jahren der Diabeteskrankheit die Schäden beginnen, hat viel damit zu tun, wie der Diabetes behandelt wird. Begünstigend wirken auch gewisse familiäre Veranlagungen, ein hoher Blutdruck und mangelnde Bewegung.

Komplikation mit Folgen

Beginnen bei einem älteren Diabetiker die Nerven zu leiden, fühlt sich der Fuss in der Regel warm an. Die Venen und Arterien, die den Fuss durchbluten, sind zum Teil erweitert. Meist ist die Haut eher trocken. Es bestehen kleine Risse, Schunden oder Hautpilze an den Füßen. Auch Hornhaut bildet sich vermehrt auf den Fussballen. Bleiben diese Zeichen unbemerkt, kann sich der Fuss in einem späteren Stadium verformen oder das Fussgewölbe kann einbrechen. Oft sprechen die Betroffenen von brennenden Schmerzen, von Ameisenlaufen oder von kalten Füßen trotz warmer Haut. Bei solchen Schilderungen sollte ein Diabetiker an den Arzt oder zur Diabetesberatung verwiesen werden. Ganz so klar sind die Zeichen für diabetesbedingte Nervenschädigungen jedoch selten. Viel öfter kommt es vor, dass sich das Beschwerdebild still entwickelt. Dass das Tastgefühl an den Füßen nicht mehr intakt ist, stellt der Arzt oft nur fest, wenn er quasi aktiv danach sucht. Also ungefragt den Nerventest macht. Dazu verwendet er eine Stimmgabel, abgestumpfte Nadeln oder einen Reflexhammer. Spürt ein Patient diese Berührungen schwach oder gar nicht mehr, hat dies schwerwiegende Folgen: Ein Kieselstein im Schuh wird nicht mehr bemerkt. Die Temperatur des Fussbades, der Bettflasche oder des Heizkissens können nicht eingeschätzt werden, oder spitze Gegenstände am Boden können sich unbemerkt in die Fusssohle bohren. Die Betroffenen merken auch nicht mehr, ob der ▶

Soins sur mesure pour les pieds

Les pieds sont enfermés toute la journée dans des souliers et, le soir venu, ils doivent encore se glisser dans des savates de gym, des chaussons de danse, des escarpins ou des chaussures de sport. Et toujours rester aussi performants. Le week-end, place aux chaussures de marche ou aux pantoufles difformes... qui obligent leurs propriétaires à traîner des pieds. Et, en conséquence de tout ce qu'elles endurent, les articulations des orteils finissent par se tordre, se raidir ou se déformer.

Hallux valgus, orteils en marteau, orteils en griffe, œils-de-perdrix ou encore pied métatarsus: autant de déformations qui sont douloureuses, disgracieuses et qui peuvent perturber la statique de tout le corps. Lorsqu'ils ont des tensions dans la nuque, se tordent un doigt ou souffrent des épaules, les clients se soignent en prenant un bain chaud et en appliquant de la crème pour détendre leurs muscles. Certains essaient de pétrir eux-mêmes leurs muscles et leurs articulations raidies, d'autres préfèrent se faire masser. Mais les réactions sont tout à fait différentes dès qu'il s'agit des pieds. La majorité des gens supportent longtemps leurs douleurs sans broncher ni réagir et continuent de traiter leurs petons sans ménagement.

Si tous les pieds ont besoin d'être chouchoutés régulièrement, ceux des personnes diabétiques nécessitent des soins encore beaucoup plus attentionnés.

Vous trouverez un résumé des soins à prodiguer aux pieds et des **problèmes** spécifiques aux **personnes diabétiques** sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur la colonne et l'article en français s'affichera automatiquement.



Foto: Flavia Trachsel

Schuh sitzt, ob sie eine Blase am Fuss haben oder ob eine Strumpffalte ständig am Fuss reibt. Leitet der Fuss keine Reize mehr weiter, kann mit dem Hornhauthobel unbemerkt gesunde Haut abgehobelt werden. Die Salicylsäure aus Warzenpflastern kann sich in die Haut fressen, oder das eigentlich wohltuende Fussbad kann zu Verbrühungen führen. Hat sich auf diese Weise eine Wunde gebildet, können nicht nur Blasen und Hornhautschwielen entstehen, sondern sich ganze Geschwüre am Ballen oder an den Zehen bilden.

Anders verhält sich der vaskuläre Fuss. Ist die Durchblutung beeinträchtigt, fühlt sich der Fuss in erster Linie kalt an. Die Haut ist pergamentartig dünn. Auf den Zehen wachsen keine Haare mehr, und die Farbe der Füsse ist bläulich blass. Bezeichnend sind die Bein- oder Wadenkrämpfe beim schnellen Gehen.

Sie zwingen die Betroffenen immer wieder zum Stehenbleiben. Der Arzt untersucht in diesen Fällen die Leiste, die Kniekehlen und die Füsse. Das von allen

Diabetikern am meisten gefürchtete und gefährlichste Ende einer solchen Durchblutungsstörung ist die Gangrän. Ein Teil des Fusses stirbt langsam ab, weil kein Blut mehr dazukommt. Die Gangrän tritt bevorzugt an Druckstellen wie Hammerzehen, Krallenzehen, an der Ferse oder am Hallux auf.

Alltag als Diabetiker

Wenn vom diabetischen Fuss gesprochen wird, sind in der Regel Mischformen gemeint. Nerven wie auch Blutgefässe sind beschädigt. Wird der Fuss von einer Infektion befallen, ist er je nach Stadium oft nicht mehr zu retten. Der Fuss oder zumindest Teile davon müssen amputiert werden. Keine andere Diabeteskomplikation führt zu so langen Hospitalisierungen, Kosten und Invalidität wie diese.

Heute noch sind es schweizweit gegen 1000 kleinere und grössere Amputationen aufgrund diabetischer Füsse. Das müsste nicht sein. Neben der Blutzuckerkontrolle, regelmässiger Bewegung, einer ausgewogenen Ernährung ohne zu viel Fett und Salz, Nichtrauchen, konsequenter Behandlung von hohem Blutdruck und Fettstoffwechselstörungen sollten die Diabetiker einige Fusspflegeregeln unbedingt beachten:

- Die Füsse täglich untersuchen. Entweder selber oder durch jemand anderen.
- Die Füsse täglich mit lauwarmem Wasser waschen. Dazu einen Waschlappen und eine milde Seife benutzen. Danach die Füsse gründlich trocknen. Auch zwischen den Zehen. Keine täglichen Fussbäder!
- Hornhaut nur trocken entfernen. Sehr vorsichtig vorgehen.

- Die Füsse täglich eincremen mit einer milden, Feuchtigkeit spendenden Creme ohne chemische oder medikamentöse Zusätze.
- Mit einer Nagelschere die Nägel vorsichtig, gerade schneiden. Nicht zu kurz. Keine scharfen Instrumente dazu verwenden.
- Hühneraugen, Hornhaut und andere Hautveränderungen müssen unter Anleitung eines Arztes oder eines diplomierten Podologen «sanft» behandelt werden. «Badezimmerchirurgie» ist streng verboten. Ebenso lösungsmittelhaltige Hühneraugenpflaster.
- Bequeme, breite Schuhe tragen. Sie sollten atmungsaktiv aus Leder sein. Oder ein Sportschuh guter Qualität. Schuhe sollten gegen Abend gekauft werden. Dann ist der Fuss leicht angeschwollen. Nach dem Kauf die Schuhe nur stundenweise tragen zum Einlaufen. Regelmässige Pflege hält zudem das Leder geschmeidig.
- Kalte Füsse mit Wollsocken wärmen. Keine Heizkissen, Bettflaschen oder Kirschkernsäcke verwenden.
- Falls der Arzt die Füsse nicht regelmässig untersucht, sollte er gezielt darum gebeten werden.

Wer an Diabetes leidet, hat jedoch nicht automatisch einen diabetischen Fuss. Die Füsse eines jungen Menschen, der an Diabetes erkrankt, sind gesund. Die Diagnose bedeutet nicht, dass ab sofort die Wundheilung gefährdet ist. Im Gegenteil. Viele gut eingestellte Diabetiker können bezeugen, dass ihre Verletzungen völlig ungestört abheilen.

Sabine Hurni

Zum Nachschlagen

www.diabetesgesellschaft.ch

Ernst A. Chantelau:

«Diabetische Füsse und ihre Schuhversorgung»,

Verlag Walter de Gruyter, 2010, ISBN 978-3-11-021943-2, ca. Fr. 74.–

Britta Wahlers:

«Erfolgreiche Fusspflege ist kein Zufall», Verlag JMW Will, 2009,

ISBN 978-3-9812904-0-0, ca. Fr. 53.–

Online-Umfrage Sondage en ligne

Beteiligen Sie sich mit Ihrer Drogerie an den SDV-Aktivitäten «besser gesund» 2011?

Sagen Sie uns Ihre Meinung auf:
www.d-flash.ch/umfrage

Wer abstimmt, erfährt direkt das aktuelle Resultat.
(Die Abstimmungsergebnisse sind nicht repräsentativ.)

Participez-vous avec votre droguerie aux activités de l'ASD «atout santé» 2011?

Donnez-nous votre avis sur:
www.d-flash.ch/umfrage/?sprache=f

En votant, vous voyez directement les résultats provisoires du sondage.
(Les résultats du sondage ne sont pas représentatifs.)

Ergebnis der letzten Umfrage:

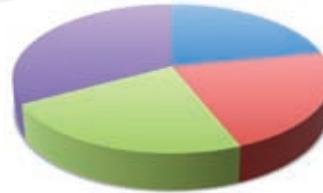
Wie hat sich Ihr Umsatz im ersten Halbjahr 2010 entwickelt?



- 19% Viel besser als im Vorjahr (>5%).
- 19% Besser als im Vorjahr (<5%).
- 13% Gleich wie im Vorjahr.
- 49% Schlechter als im Vorjahr.

Résultat du dernier sondage:

Comment votre chiffre d'affaires a-t-il évolué au cours du premier semestre 2010?



- 22% Beaucoup mieux que l'année passée (>5%)
- 22% Mieux que l'année (<5%)
- 23% Comme l'année passée
- 33% Moins bien que l'année passée



- beschleunigt den natürlichen Heilungsprozess der Haut
- reduziert den Juckreiz

TV-Werbekampagne im September 2010

eXXema

Repair

Crème

bei Ekzemen und Hautreizungen

Exklusiv in der Apotheke und Drogerie.

Für mehr Informationen lesen Sie die Packungsbeilage.

Faltenfrei schöne Haut

Anti-Aging Die Alterung der Haut kann man leider nicht stoppen, doch es gibt ganz legale Pflegetricks, um sie zumindest nicht alt aussehen zu lassen.



Spätestens wenn sie das erste Mal im Spiegel eine Falte entdecken, vielleicht über der Nasenwurzel oder an den Augen (die sogenannten Krähenfüsse) und diese auch in den folgenden Tagen nicht verschwindet, denken Frauen ernsthaft über Anti-Aging-Produkte nach.

Wissenschaftlich gesehen ist das so um das 25. Lebensjahr, denn in dieser Zeit beginnt die Alterung der Haut und ist danach nicht mehr zu stoppen. In diesem Alter seine Haut mit einer Anti-Aging-Pflege zu behandeln, davon ist natürlich nur abzuraten. Das ist eindeutig zu früh. Die meisten Kosmetikfirmen loben ihre Anti-Aging-Linien für Frauen ab dem 30. Lebensjahr aus.

Innere und äussere Einflüsse der Alterung

Die sichtbaren Zeichen der Hautalterung kennt jeder. Nicht nur, dass sich immer mehr Linien ins Gesicht mogeln. Die Haut verliert an Feuchtigkeit und Elastizität, wirkt nicht mehr so prall, Pigmentstörungen treten auf. Das verursachen sowohl Einflüsse von aussen als auch von innen. In dem Zusammenhang wird auch immer wieder auf einen kleinen, aber feinen Unterschied verwiesen: Es gibt eine «innere» oder auch biologische Hautalterung und eine «äussere Hautalterung». Bei der «inneren Hautalterung» spielen unsere Gene eine entscheidende Rolle. Sie geben sozusagen den Ton an, wie schnell zum Beispiel eine Verletzung heilt oder wie hoch das Feuchtigkeitsspeichervermögen der Haut ist; ja eigentlich bestimmen sie, wann die Haut anfängt zu altern.

Mit den äusseren Einflüssen ist unsere Umwelt und dabei allen voran die Einwirkung der Sonnenstrahlen gemeint. Die UV-Strahlung kann sehr negativ auf die Alterungsvorgänge der Hautzellen einwirken. Wer sich längere Zeit ungeschützt der Sonne aussetzt, muss zwangsläufig damit rechnen, dass die Haut mit Faltenbildung durch Elastizitätsverlust, einer rauen Oberfläche sowie mit Störungen in der Pigmentierung reagiert. Auch die Bildung winziger Äderchen, der sogenann-

ten Teleangiektasien, das sind sichtbare Erweiterungen kleiner Blutgefässe an der Hautoberfläche, können die sichtbare Folge sein.

Zu viel Sonne schadet nachhaltig

Die Haut vergisst nichts, vor allem nicht die Negativwirkung, die von Sonnenstrahlen ausgeht. Die sogenannte «Lichtalterung», also die Alterung durch UV-Licht, wird nachweislich durch ausgiebige Sonnenbäder und Besuche im Solarium verstärkt. Übrigens forciert auch das Rauchen die vorzeitige Hautalterung mit Faltenbildung. Versierte Kosmetikerinnen können mit einem Blick auf die Haut erkennen, wer raucht und wer nicht.

Auch wenn man von Falten oft gutmütig von Lebenslinien spricht und behauptet, dass ein faltenloses Gesicht keinen Ausdruck hat – ganz ehrlich: Trotzdem möchte man von diesen Lebenslinien möglichst wenige haben.

Zum Glück gibt es die Kosmetikindustrie und ihre vielen innovativen Entwicklungen. Die Produkte können zwar nicht die Alterung der Haut aufhalten, aber sie schützen vor den negativen äusseren Einflüssen. Regelmässig angewendet, kann man auch tatsächlich eine nachhaltige Verbesserung des Hautbildes erkennen und somit die Alterung zumindest etwas länger hinauszögern.

Gut zu wissen

Bereiten Sie sich auf die Fragen Ihrer Kunden vor: **Straffe Haut** steht auch im *Drogistenstern* vom September im Zentrum.

Die Auswahl an Anti-Aging-Produkten ist gross. Der Begriff Anti-Aging ist nicht geschützt und kann somit von allen Kosmetikerherstellern verwendet werden. Wenn man sich in der Kosmetikabteilung der eigenen Drogerie umschaute, könnte man ganz schnell den Korb voller Produkte packen, die mit dem Attribut «Anti-Aging» werben. Das grösste Marktangebot gibt es bei den Gesichtscremen.

Die meisten Pflegecremen bieten die klassischen Anti-Aging-Wirkstoffe wie Vitamin C, Vitamin A (Retinol), Kollagen, Coenzym Q10 oder Hyaluronsäure an. Auch luxuriöse Wirkstoffe wie Kaviarextrakt, aber auch Goldpartikel, Champagnerextrakt und Perlen werden in einigen Cremes verarbeitet.

Wer die Wirkstoffe nicht in einer Creme oder Lotion, sondern etwas konzentrierter mag, der greift zu sogenannten Seren und Ampullen. Sie enthalten die jeweiligen Powerstoffe – häufig auch in Kombination – in hochkonzentrierter Form und eignen sich vor allem als Kurzbehandlung.



In einigen Cremes werden heute auch luxuriöse Wirkstoffe wie Perlen, aber auch Champagnerextrakt, Kaviarextrakt und Goldpartikel verarbeitet.

Durch die hohe Konzentration haben sie eine intensivere Wirkung als Pflegecremen. Als Kur werden sie für eine oder zwei Wochen täglich auf die gereinigte Haut aufgetragen.

Perfekter Transport an Ort und Stelle

Die heutigen Hautpflegeprodukte müssen wahre Alleskönner sein. Sie sollen nicht nur optimal wirken, sondern auch hautverträglich sein. Bedingt durch die zunehmende Umweltbelastung treten verstärkt allergische Reaktionen der Haut auf. Eine differenzierte galenische Grundlage ist daher genauso wichtig wie die eingearbeiteten Wirkstoffe, denn ein noch so guter Wirkstoff nützt nichts, wenn er seine Wirkung nicht optimal in den Hautschichten entfalten kann. Um die Wirkstoffe dorthin zu transportieren, wo sie auch wirken sollen, benutzt man sogenannte Carriersysteme, wie beispielsweise die Liposomen. Neben diesen bewährten Klassikern werden immer häufiger Nanoemulsionen verwendet. Ähnlich wie die Liposomen unterstützen diese das Eindringen der Wirkstoffe. Sie tun das nur noch etwas effektiver. Zudem gewinnen Nanosomen auch wegen ihrer kosmetischen Eigenwirkung zunehmend an Bedeutung. Durch das Einschleusen geeigneter Lipide lässt sich mit Nanoemulsionen auch die Barrierefunktion der Haut verbessern. Transportiert werden unter anderem Vitamine, Lecithine und Ceramide.

Klassische Wirkstoffe gegen die Zeichen der Zeit

Vitamine für die Haut sind die grossen Klassiker in der Kosmetik. Vitamin A regt die Zellteilung an, dadurch erneuern sich alternde Hautschichten schneller. Das reine Vitamin A findet man auf Kosmetikpackungen unter «Retinol». Q10 ist ein vitaminähnliches Coenzym. Es liefert Energie für die Zellerneuerung. Vom Körper selbst gebildet, nimmt es aber im Laufe der Jahre kontinuierlich ab. Deshalb wird es gern Anti-Aging-Pflegeprodukten beigegeben. Vitamin E stabilisiert Vitamin A und sorgt für eine schöne, glatte Haut und erhöht zudem die Fähigkeit der Haut, Feuchtigkeit zu speichern. In den tieferen Hautschichten fördert es die Enzymtätigkeit und damit auch den Stoffwechsel. ▶

Une peau belle et lisse

Tout le monde connaît les signes visibles du vieillissement. Il n'y a pas seulement les rides qui se creusent, de plus en plus nombreuses, sur le visage. La peau perd aussi son hydratation et son élasticité naturelles, elle ne semble plus aussi ferme qu'avant et se couvre de taches pigmentaires. Tous ces changements sont provoqués par des facteurs internes et extérieurs.

Dans ce contexte, on peut signaler une autre différence, petite mais subtile: le vieillissement «interne» ou biologique de la peau et le vieillissement «extérieur» de la peau. Le vieillissement «interne» est essentiellement dirigé par nos gènes. Ce sont eux qui déterminent la vitesse de cicatrisation de la peau ou ses capacités à emmagasiner de l'eau pour assurer son hydratation. Les gènes déterminent ainsi quand la peau commence à vieillir. Les facteurs extérieurs comprennent tout notre environnement, et en particulier les effets des rayons du soleil. Les rayons UV peuvent avoir une influence très négative sur le processus de vieillissement des cellules cutanées. Les personnes qui s'exposent longtemps sans protection au soleil doivent savoir que cela ne sera pas sans conséquence sur leur peau: perte d'élasticité avec formation de rides, problèmes de pigmentation. La dilatation de petits vaisseaux sanguins à la surface de l'épiderme, la télangiectasie, peut aussi être une conséquence visible d'une exposition excessive au soleil. La peau n'oublie rien, surtout pas les effets nocifs des rayons solaires.

Ce qu'on appelle le vieillissement cutané photo-induit, autrement dit provoqué par les rayons solaires, augmente sensiblement après des bains de soleil prolongés ou des séances de solarium. Bon à savoir: le tabagisme provoque également un vieillissement cutané prématuré et des rides. Il suffit d'ailleurs d'un coup d'œil à une esthéticienne expérimentée pour savoir si une cliente fume ou non. ▶

Vitamin E beugt Hautschäden vor. Man findet es daher in vielen Sonnenschutzmitteln. Und das Vitamin C verbessert die Synthese der Mikroproteine und des Kollagens der Gewebe. Es wehrt freie Radikale – aggressive Molekülgruppen, die den Alterungsprozess beschleunigen – ab. Es fördert zudem die Durchblutung der Haut. Bisher war es schwierig, Vitamin C in kosmetischen Produkten einzusetzen, da es luft- und wasserempfindlich ist und schnell «zerfällt». Durch neue Verfahren gelang es, das Vitamin so zu stabilisieren, dass es bestehen bleibt, bis es in der Haut seine Wirkung entfaltet. Und ebenfalls in der Kosmetik gut bewährt: die Hyaluronsäure. Sie stützt, glättet und strafft die Haut, aktiviert die Zellerneuerung und schützt vor schädlichen Umwelteinflüssen. Ein weiterer Klassiker ist Kollagen. Das Multitalent spendet intensiv Feuchtigkeit und erhöht gleichzeitig das Feuchtigkeitsbindevermögen der Haut, strafft und glättet.

Von Phytostammzellen bis Schlangengift

In Anti-Aging-Formulierungen findet man neuerdings auch den Wirkstoff Ectoin. Ectoin gilt als hervorragender Hautschutzstoff, der die Haut vor belastenden Reizen aus der Umwelt schützt. Ausserdem aktiviert der Allrounder die Zellfunktionen, bindet Feuchtigkeit und stärkt das hauteigene Immunsystem.

Im Laufe der Zeit nimmt der Einfluss der Östrogene an den Zellen ab. Dadurch kommt es zum Verlust von Elastizität. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken, greift man gern zu sogenannten Phytoöstrogenen, welche im Gegensatz zu den Östrogenen nicht verschreibungspflichtig sind und deshalb in der Kosmetik angewendet werden. Phytoöstrogene sind verschiedene Substanzen pflanzlicher Herkunft wie Isoflavone. Man findet sie unter anderem in Soja, Grüntee und Ginseng. Auch die Phytostammzellen haben ihren Weg in die Cremetiegel gefunden. Eine alte Schweizer Wildapfelsorte, der «Uttwiler Spätlauber», dient als Basis für diesen aussergewöhnlichen Anti-Aging-Wirkstoff. Die aus den Blütenknospen gewonnenen Phytostammzellen schützen und stärken den Lebenszyklus der Hautstammzellen.



Neben bekannten Wirkstoffen machen in letzter Zeit im Bereich Anti-Aging auch Phytostammzellen aus einer alten Schweizer Apfelsorte, dem «Uttwiler Spätlauber», sowie Phytoöstrogene aus Soja, Grüntee und Ginseng von sich reden.

Wer eine faltenfreie Stirn haben möchte, muss nicht unbedingt gleich zur Botox-spritze greifen. Inzwischen gibt es Cremes mit einem Botox-ähnlichen Wirkstoff. Ob nun das Gift von einer bestimmten Schlange oder der Wirkstoff Argirelin verwendet wird, diese Produkte sollen auf jeden Fall die Muskelkontraktionen im Gesicht tiefenwirksam entspannen und so für ein glattes Ergebnis sorgen.

Gut geschützt entspannt älter werden

Neben dem Schutz der Haut vor negativen Umwelteinflüssen, allen voran der UV-Strahlung, ermöglichen moderne Anti-Aging-Produkte auch die Reparatur bereits entstandener DNA-Schäden. Das übernehmen die DNA-Reparaturenzyme. Im Trend liegt ebenfalls die sogenannte Dermokosmetik. Diese dermatologisch sinnvolle und wissenschaftlich fundierte Wirkstoffkosmetik geht auf die individuellen Bedürfnisse der Haut ein, ohne sie zu überstrapazieren, und verzichtet daher zum Beispiel auf Farbstoffe, Parabene und Duftstoffe.

Dabei werden auch dermatologische und pharmazeutische Gesichtspunkte berücksichtigt. Das heisst beispielsweise, dass bei einer trockenen Haut nicht nur der Mangel an Fett und Feuchtigkeit ausgeglichen, sondern gleichzeitig auch deren Barrierefunktion verbessert werden soll. Die Produkte erfüllen hinsichtlich ihrer Zu-

sammensetzung, Wirksamkeit und auch Verträglichkeit spezielle Anforderungen, welche in der Leitlinie «Dermokosmetika gegen Hautalterung» festgehalten sind.

Sich gut fühlen

Trotz all der positiven Wirkungen, die die Hersteller auf den Produkten propagieren, aufhalten können sie die Hautalterung leider nicht, aber sie können die sichtbaren Veränderungen bei regelmässiger Anwendung mildern.

Eine Verringerung der Faltentiefe durch eine Creme ist nur unter dem Mikroskop oder mit speziellen Messverfahren feststellbar. Wenn es heisst «Verringerung der Faltentiefe um 30 Prozent» bedeutet dies, dass eine Falte, die vorher etwa drei Millimeter tief war, nach einiger Zeit nur noch zwei Millimeter tief ist. Aber das eine sind die harten Fakten, das andere ist das gute Gefühl. Man fühlt sich einfach «wohl in seiner Haut», wenn man sie täglich pflegt, und das strahlt man auch aus. Für viele ist die tägliche Pflege zu einem lieb gewonnenen Ritual geworden.

Das Hauptaugenmerk der Produkte liegt darin, der Haut umfangreich Feuchtigkeit und Fett zuzuführen, sodass sie glatt und gepflegt erscheint. Innovative Wirkstoffe werden dabei unterstützend eingesetzt. Viele von ihnen stossen auch den eigenen Reparaturmechanismus der Haut an und leisten sozusagen Hilfe zur Selbsthilfe.



Hautfeind Nummer 1: Zu viel Sonne

Ein wichtiger Aspekt zum Thema Anti-Aging fehlt noch: der Sonnenschutz. Während in Europa lange Zeit ein gebräuntes Gesicht als schön galt, war für die asiatischen Frauen ein makellos weisses Gesicht das absolute Schönheitsideal. Sie vermieden strikt das Sonnenlicht. Unschlagbarer Nebeneffekt: Die Haut ist bei vielen Asiatinnen bis ins hohe Alter fast faltenfrei geblieben.

Inzwischen haben auch Europäerinnen die negativen Auswirkungen üppiger Sonnenbäder erkannt, und Sonnenpflege mit hohem Lichtschutzfaktor ist gefragter denn je. Zahlreiche Sonnenpflegeprodukte – vorzugsweise in Drogerien und Parfümerien angeboten – können mittlerweile sogar mit Anti-Aging-Wirkstoffen punkten. Ein doppelter Gewinn.

In vielen Anti-Aging-Pflegeserien findet man Tagescremen mit Lichtschutzfaktor oder ganz neu Lichtschutzkonzentrate, die je nach Bedarf gezielt über die tägliche Pflege aufgetragen werden.

Moderne Technologien

Für ein nachhaltig sichtbares Ergebnis kann man neben der regelmässigen Anwendung von Kosmetika auch eine der vielen innovativen Behandlungen im Kosmetikinstitut oder in Medical-Wellness-Centern nutzen. Der Einsatz von apparativen Methoden soll das Hautbild

sichtbar verbessern. Bei der Mikrodermabrasion wird zum Beispiel die oberste Hautschicht mittels Schleifpartikeln abgetragen, damit verschwinden kleine Fältchen, oberflächliche Narben und ein unebenes Hautbild – gleichzeitig wird die Haut angeregt, sich relativ rasch wieder neu zu bilden. Das Ergebnis ist eine glattere, feinere Haut und ein ebenmässiger Teint. Bei Ultraschallbehandlungen oder der Iontophorese werden mit verschiedenen Techniken spezielle Wirkstoffe tief in die Haut geschleust. Dort angekommen, können diese ihre Wirkung entfalten. Noch gezielter wirken die Behandlungen, bei denen eine Kombination von apparativen und pflegenden Methoden angewendet wird. Nicht nur, dass sie nach entsprechender Anwendung die Haut nachhaltig verbessern. Durch die Stimulierung der hauteigenen Funktionen und Aktivierung des hauteigenen Repairmechanismus eignen sich die Methoden auch ideal bei der Vor- und Nachbehandlung ästhetisch-plastischer Eingriffe. Absolut im Trend liegen neben Behandlungen mit Ultraschall vor allem Treatments mit Radiofrequenz. Die Radiowellen können in bestimmten Frequenzbereichen Moleküle zum Schwingen bringen, um damit das Gewebe zu erwärmen. Dadurch kann die Produktion von Kollagen und Elastin erhöht werden. Das Ergebnis soll ein festeres und strafferes Gewebe sein.

Franka Hänig, SPA inside

Eviter toute exposition excessive au soleil

Alors qu'en Europe on a longtemps considéré que le bronzage était synonyme de beauté, les femmes asiatiques cherchent plutôt à atteindre un idéal de blancheur. Elles évitent strictement toute exposition au soleil. Effet secondaire évident: leur peau reste souvent lisse et sans ride jusqu'à un âge avancé.

Au fil du temps, les Européennes ont aussi pris conscience des effets négatifs des bains de soleil prolongés et les produits de protection solaire affichant un indice de protection élevé sont de plus en plus demandés.

De nombreux produits solaires – principalement disponibles en droguerie et en parfumerie – contiennent maintenant aussi des principes actifs anti-âge. Pour une double efficacité. De nombreuses lignes anti-âge proposent des crèmes de jour avec protection UV ou, depuis peu, des concentrés anti-UV à appliquer, si besoin, en plus de la crème de jour habituelle.

Une nouvelle tendance se dessine parallèlement: la dermocosmétique, ou cosmétique dermatologique. Ces produits, exempts de colorants, de parabènes et de parfums, répondent en outre à des critères d'efficacité et de tolérance, selon les lignes directrices de la dermocosmétique contre le vieillissement de la peau.

Principes actifs classiques, **dermocosmétique**, **dermabrasion** ou **iontophorèse**: les moyens de lutter contre le **vieillessement** sont nombreux. Nous faisons le point sur ces différentes méthodes sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur la colonne et l'article en français s'affichera automatiquement.

NEU
in Ihrer Drogerie

Strepsils®

Erste Hilfe bei Halsschmerzen

Wirkung, die auch noch nach dem Auflösen der Lutschtablette anhält.



Strepsils unterstützt Ihren Abverkauf:

- Massive TV-Kampagne
- Attraktive Verkaufs-Displays



Bei Halsschmerzen: Strepsils Honig & Zitrone, Strepsils Orange mit Vitamin C, Strepsils Erdbeer.

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.
Reckitt Benckiser (Switzerland) AG.



Datenschutz im Arbeitsrecht

[Teil 1/2] Das Arbeitsverhältnis bietet Anlass, persönliche Daten über Angestellte in grossem Umfang und während längerer Zeit zu erheben. Dabei gibt es jedoch einiges zu beachten.



Während des laufenden Arbeitsverhältnisses interessieren Fragen wie Führung des Personaldossiers, Zugangsberechtigung zu den Personaldaten oder Zulässigkeit der Überwachung von Mitarbeitern (Telefon-, E-Mail-, Internetgebrauch sowie auch die Videoüberwachung).

Datenschutz bei der Bewerbung

Bewerbungsunterlagen sind mit aller Diskretion zu behandeln und dürfen nur von den zuständigen Personen eingesehen werden. Wird der Bewerber nicht berücksichtigt, so sind die Personaldaten zu vernichten bzw. die vom Bewerber überlassenen Unterlagen diesem zurückzugeben. Im Rahmen des Vorstellungsgesprächs dürfen nur Fragen thematisiert werden, soweit sie für die betreffende Arbeitsstelle geeignet sind und zur Durchführung des Arbeitsvertrages erforderlich sind. Dabei ist auf den konkreten Fall abzustellen. Bei Führungskräften und der Besetzung von Vertrauenspositionen ist eine weitergehende Prüfung des Kandidaten zulässig.

Datenschutz während des Arbeitsverhältnisses

Personaldossiers dürfen Daten enthalten, die für die Durchführung des Arbeitsverhältnisses notwendig sind (Personalien, Referenzauskünfte, Angaben über Arbeitsausfälle und Ferien, Beurteilungen, Aktennotizen über besondere Vorkommnisse etc.). Unzulässig sind demgegenüber parallel geführte Personaldossiers mit angeblich vertraulichen Informationen, welche von den Angestellten nicht eingesehen werden dürfen. Angestellte haben grundsätzlich das Recht, Auskunft über ihre Personaldossiers zu erhalten. Als unzulässig und nur beschränkt zulässig gelten in der Regel Einträge zu politischen Ansichten sowie Partei- und Vereinsmitgliedschaften, Religionszugehörigkeit und Glaubensansichten, Hinweise auf öffentliche Ämter, soweit diese keine Auswirkungen auf das Arbeitsverhältnis haben, sowie Einträge zu Lebensgewohnheiten, Reisezielen und Feriengepflogenheiten. Die Thematik Datenschutz im Arbeitsrecht ist sehr umfangreich. Deshalb wird das Thema im nächsten *d-inside* nochmals aufgegriffen. Es wird dann über die Zulässigkeit von Überwachungs- und Kontrollsystemen (Internet, E-Mail- und Telefonüberwachung) am Arbeitsplatz, Referenzauskünfte sowie den Datenschutz nach Beendigung des Arbeitsverhältnisses berichtet.

Barbara Pfister



Foto: pixelio.de

Mehr zum Datenschutz finden Sie in der nächsten Ausgabe von *d-inside* (Teil 2).

La **protection des données** au travail est une vaste thématique à laquelle Droga Helvetica consacre deux articles. Ce mois, la protection des données dans le cadre de la **procédure de sélection des candidats** et la protection des données durant les **rapports de travail**. Pour en savoir plus rendez-vous sur d-inside.drogoserver.ch/inside.pdf – cliquez ensuite sur l'encadré et l'article en français s'affichera automatiquement.



Barbara Pfister

Rechtsanwältin und Geschäftsführerin «Angestellte Drogisten suisse» (vormals Droga Helvetica), www.drogisten.org
avocate et directrice de «Angestellte Drogisten suisse» (autrefois Droga Helvetica)

Dies ist eine Seite der «Angestellte Drogisten suisse». Die Meinung der Autorin muss sich nicht mit jener der Redaktion decken.
Cette page est ouverte à «Angestellte Drogisten suisse». L'avis de l'auteur ne doit pas coïncider avec celui de la rédaction.

Mehr Wissen *En savoir plus*



Von klein auf gesund essen

Bei Ernährungsfragen wollen Eltern alles richtig machen. Der Ratgeber gibt Antworten auf alle Ernährungsfragen, die sich in den ersten beiden Lebensjahren stellen und begleitet Eltern und Betreuungende während der Phase des Essen-Lernens. Abgestimmt auf die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse hilft das Buch mit

praxisnahen Tipps und Rezepten bei der Einführung fester Kost. Ausführlich beschrieben werden dabei beispielsweise die Thematiken Eisen- und Vitamin-D-Bedarf sowie Geschmacksprägung oder die Übergewichtsprävention. Wer sich gerne online informiert, findet ergänzend zum Buch Checklisten und aktuelle Empfehlungen.

Gabi Eugster:

«**Babyernährung gesund & richtig**»

Urban & Fischer 2009,
ISBN 978-3-437-27481-7
ca. Fr. 30.–



Interaktionen erkennen und beurteilen!

Interaktionen sind in der Selbstmedikation ein wichtiges Thema. Die praktischen «mindCards» in Taschenformat geben eine kompakte Übersicht über mögliche Wechselwirkungen verschiedener Wirkstoffe der Selbstmedikation.

So zeigen sie, welche Wirkstoffe interagieren können, was bei der Interaktion passieren kann und wie die Interaktionen vermieden werden können. Übersichtlich, klein und handlich werden die verschiedenen Medikamentengruppen wie beispielsweise NSAR, Laxanzien oder Expektoranzien dargestellt.

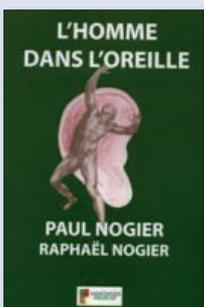
Sibylle Knauss:

«**Interaktionen in der Selbstmedikation**»

Deutscher Apotheker Verlag 2010

Kartenfächer mit 16 Karten
ISBN 978-3-7692-5119-7

ca. Fr. 17.–



A l'écoute de l'homme

Malgré les immenses progrès que nous connaissons aujourd'hui, des techniques comme l'auriculothérapie ou l'auriculomédecine ont plus que jamais leur place car elles étudient l'homme dans son entier. Les

travaux de Paul Nogier sur l'oreille permettent aujourd'hui de soigner et de soulager des milliers de malades chaque jour. L'auriculothérapie est maintenant enseignée dans les facultés françaises et européennes.

Paul Nogier:

«**L'homme dans l'oreille**»

Ed. Sauramps Medical, 2010,
Broché

ISBN 9782840236689

Fr. 47.–



Troubles alimentaires

Le docteur Patrick Vachette propose une approche tout à fait originale des troubles alimentaires, mêlant deux techniques qu'il connaît et maîtrise sur le bout des doigts, l'approche homéopathique

et l'approche comportementale. Loin de s'opposer, ces deux approches spécifiques se complètent dans une recherche d'adaptation précise à un trouble, décrit et abordé dans ses déterminants personnels et fonctionnels.

Patrick Vachette,

Emmanuel Granier:

«**Homéopathie & troubles du comportement alimentaire**»,

Ed. CEDH International, 2009,
ISBN 9782915668469

Fr. 25.–

Vorschau Special

Liebe Drogistinnen und Drogisten

Informieren Sie sich bereits heute, was Ihre Kundinnen und Kunden in der Sonderpublikation «Schulkinder» vom September lesen werden.



Zum Haarerufen

Wenn Kinder sich häufig am Kopf kratzen, ist die Ursache meist rasch gefunden: Kopfläuse sind ein weitverbreitetes Übel. Die vermehrungsfreudigen Tierchen bringen Eltern und Lehrpersonen ganz schön ins Schwitzen. In der Drogerie gibt es zum Glück eine gute Auswahl an bewährten Läusemitteln.

Znüni-Box

Wenn sich Kinder im Kindergarten und der Primarschule ein gesundes Znüni angewöhnen, ist viel gewonnen. Das Projekt «Znüni-Box» in der Stadt Bern ist so einfach wie erfolgreich. Ernährungsberaterinnen schulen nicht nur die Lehrerschaft, sondern auch die Eltern. Das Projekt betont die spielerische Seite und erhebt den Mahnfinger nur sanft.

In Gedanken weit weg

Sich zu konzentrieren, fällt vielen Kindern schwer. Wer die Ursachen kennt, kann aber vieles dagegen tun. So müssen erst mal die Grundbedürfnisse des Kindes wie etwa genügend Schlaf, gesundes Essen, ausreichend zu trinken, eine ruhige Lernatmosphäre und die Anerkennung der Eltern abgedeckt sein. Möglicherweise ist aber auch ein stärkendes oder beruhigendes Mittel aus der Drogerie angezeigt.

Cooler Program für übergewichtige Kinder

Jedes fünfte Kind zwischen sechs und zwölf in der Schweiz ist übergewichtig. Doch erst wenige nehmen professionelle Hilfe in Anspruch. Das bernische Projekt «HipFit» ist auf ein Jahr ausgelegt und umfasst nebst einer wöchentlichen Sportlektion ein Feriencamp sowie ein Ernährungsberatungsprogramm für Eltern und Kinder.

Wieso der Schulweg wichtig ist

Immer mehr Eltern fahren ihre Kinder mit dem Auto zur Schule. Das ist aus mehreren Gründen schade: Dem Kind wird eine simple, regelmässige Bewegungseinheit entzogen, und es hat zu wenig Trainingsmöglichkeiten, sich mit Regeln des Verkehrs vertraut zu machen. Das Wichtigste aber ist: Der Schulweg, geteilt mit Gspänli, ist ein Hort vieler kleiner Abenteuer.

Weitere Themen:

«Was Kinder mit Regelübertretungen sagen sollen»; «Sanfte Hilfe gegen Kinderängste»; «Musik in Kindes Ohr»; «Mobbing: nicht hinnehmen»; «Ein Mädchenraum wird wahr»; «Aus aller Welt» und «Die Farbe aller Farben».



«Die Einschulung schien mir das Ende aller Freiheiten.» Madeleine Bohnenblust, Kindergartenpädagogin

Supplément «A l'école!»

Découvrez sans plus attendre ce que vos clients pourront lire dans le supplément intitulé «A l'école!» qui paraîtra en septembre.

A s'en arracher les cheveux!

Quand les enfants se grattent souvent la tête, c'est généralement signe qu'ils ont des poux. Ces parasites causent bien des soucis aux parents et aux enseignants. Heureusement, les nombreux produits anti-poux disponibles en droguerie permettent de s'en débarrasser rapidement. A condition de les utiliser correctement!

Znüni-Box

Habituer les enfants dès le jardin d'enfants et l'école primaire à prendre des 10 heures sains est très important. Et c'est justement l'objectif du projet «Znüni-Box» – un concept aussi simple qu'efficace.

Pensées vagabondes

Beaucoup d'enfants peinent à se concentrer. Il suffit cependant de connaître l'origine de leur distraction pour pouvoir agir. Soit en améliorant leur cadre de vie, soit en recourant aux préparations de la droguerie.

Bouger malgré les kilos

En Suisse, un enfant sur cinq est en surpoids. Dans le canton de Berne, le projet HipFit propose désormais des cours de gym à tous ceux qui veulent retrouver un poids normal.

Un trajet important

Les parents sont de plus en plus nombreux à conduire leurs enfants à l'école. Dommage! Car le chemin de l'école est un parcours riche en expériences.

Autres thèmes:

«Outrepasser les limites pour s'exprimer»; «Des aides douces contre les peurs enfantines»; «La musique des enfants»; «Harcèlement: tolérance zéro»; «Un vrai conte de... filles»; «Classes multiculturelles» et «La reine des couleurs».



ESD-Cycle de formation 2011–13 Des perspectives pour l'avenir

Journée d'information

Lundi 8 novembre 2010, 14h00–17h00.
Toutes les personnes intéressées sont les bienvenues.

Branches soumises à l'examen d'admission

Connaissance des médicaments, biologie, chimie, connaissance des plantes médicinales, gestion et vente y compris calcul commercial.

Pour vous préparer à l'examen d'admission, vous recevrez des exercices sur CD-ROM.

Les titulaires d'une maturité professionnelle ou gymnasiale sont dispensé(e)s de l'examen d'admission.

Journée de discussion

Nous répondrons à toutes vos questions relatives à la matière de l'examen d'admission le jeudi 10 mars 2011.

Examen d'admission

Mercredi 23 mars 2011

Début du prochain cycle

Lundi 15 août 2011

ESD-Ausbildungszyklus 2011–13 Eine Zukunft mit Perspektiven

Informationstag

Montag, 8. November 2010, 14.00 bis 17.00 Uhr.
Alle interessierten Personen sind herzlich willkommen.

Prüfungsfächer Aufnahmeprüfung

Arzneimittelkunde, Biologie, Chemie, Heilpflanzenkunde, Betriebs- und Verkaufskunde inkl. kaufmännisches Rechnen. Sie erhalten eine CD-ROM mit Übungsaufgaben zur Prüfungsvorbereitung.

Kandidatinnen und Kandidaten mit Berufmaturitätszeugnis oder gymnasialem Maturitätszeugnis sind von der Aufnahmeprüfung dispensiert.

Besprechungstag

Wir beantworten Ihre Fragen zum Prüfungsstoff am Donnerstag, 10. März 2011.

Aufnahmeprüfung

Mittwoch, 23. März 2011

Beginn des nächsten Ausbildungszyklus

Montag, 15. August 2011

Prenez votre destin en main! Inscrivez-vous maintenant!

Nehmen Sie Ihre Zukunft in die Hand. Melden Sie sich jetzt an!

Inscription

à la journée d'information du 8 novembre 2010

Name / Nom: _____

Adresse / Adresse: _____

E-Mail / Courriel: _____

**Délai d'inscription pour la journée d'information:
5 novembre 2010**

Weitere Information + Anmeldung an / Informations complémentaires et inscription à:

École supérieure de droguerie

Rue de l'Évole 41 2000 Neuchâtel Téléphone 032 717 46 00 Fax 032 717 46 09 info@esd.ch www.esd.ch

Anmeldung

für den Informationstag vom 8. November 2010

Vorname / Prénom: _____

PLZ Ort / NPA localité: _____

Telefon / Téléphone: _____

**Anmeldeschluss für den Informationstag:
5. November 2010**





Vorschau

Liebe Drogistinnen und Drogisten
Informieren Sie sich bereits heute, was Ihre Kundinnen und Kunden im *Drogistenstern* September lesen werden. Zudem erhalten Sie sowie interessierte Leser/-innen zu ausgewählten Themen zusätzliche Informationen auf vitagate24.ch.



Straffe Haut bis ins hohe Alter

Kosmetische Produkte versprechen eine straffe und jugendliche Haut bis ins hohe Alter. Doch sind die darin enthaltenen Substanzen auch tatsächlich wirksam? Oder bleibt uns letztendlich nichts anderes übrig, als diesen natürlichen Prozess zu akzeptieren? Wir werfen einen kritischen Blick ins Kosmetiklabor.

vitagate24.ch/antiage_hautalterung.aspx



Das Knie mit dem Knie

Unser grösstes Gelenk ist dauernd grossen Belastungen ausgesetzt, und so können Knieverletzungen und -abnutzung jeden treffen. Hier kann mit gezieltem Krafttraining und Naturheilmitteln wie Arnika, Wallwurz oder Hagebutten Linderung verschafft, aber auch vorgebeugt werden.

vitagate24.ch/schmerzen.aspx



Wo ist meine Brille?

Bei dieser Frage handelt es sich meist um «normale» Zerstreuung. Grössere und häufigere Gedächtnislücken gehen meist auf das Konto des Älterwerdens. Doch wer sein Gehirn regelmässig trainiert und mit pflanzlichen Präparaten wie Ginkgo unterstützt, kann seine Gehirnzellen lange fit halten.

vitagate24.ch/konzentration_gedaechtnis.aspx



Gesund im Mund

Die Mundhöhle ist Lebensraum für unzählige Bakterien. Um den gesamten Mundbereich möglichst gründlich reinigen zu können, genügt die Zahnbürste nicht. Gels, Mundwasser, Zahnseide und Zungenschaber gehören mittlerweile zur Grundausstattung.

vitagate24.ch/zaehneputzen.aspx



Booklet: «Eisen»

Klein und kompakt, der aktuelle Ratgeber im *Drogistenstern*. Im September mit viel Wissenswertem zum Thema Eisen.

Weitere Themen sind:

«Augen-Make-up für Brillenträgerinnen»; «Babyahrung»; «Selbstmassage»; «Blasen und Hühneraugen» und «Glücksforschung».

Chers droguistes

Découvrez ce que vos clients pourront lire dans la *Tribune du droguiste* de septembre. Par ailleurs, les lecteurs avides d'informations peuvent satisfaire leur curiosité sur vitagate24.ch.

Une peau qui reste ferme

L'industrie cosmétique n'a pas encore découvert la fontaine de jouvence. Pourtant, bon nombre de produits promettent la jeunesse jusqu'à un âge avancé. Coup d'œil critique dans les laboratoires cosmétiques.

vitagate24.ch/f_anti-age_vieillesse_cutane.aspx

Les genoux: complexes et délicats

Cette grande articulation est soumise à de fortes sollicitations et les problèmes d'usure peuvent concerner tout le monde. La musculation et les remèdes naturels peuvent prévenir ces troubles.

vitagate24.ch/f_douleurs_articulaires.aspx

Où sont mes lunettes?

Inutile de s'inquiéter si l'on égare parfois ses lunettes: c'est de l'étourderie. S'ils deviennent plus fréquents, les trous de mémoire peuvent se révéler gênants. Heureusement, certaines préparations (ginkgo) préservent la santé des cellules cérébrales.

vitagate24.ch/f_concentration_memoire.aspx

Santé buccale

La brosse à dents ne suffit pas à garantir l'hygiène buccale. Gel, solution bucco-dentaire, fil dentaire et raclor font partie de l'outillage indispensable.

Brochure: «Le fer»

En septembre, le guide encarté dans la *Tribune du droguiste* s'intéresse au fer.

Autres thèmes:

«Se maquiller avec des lunettes»; «L'alimentation des nourrissons»; «Les automassages»; «Cors et ampoules» et «La recherche du bonheur».



Stellenangebote

Drogistin

Bahnhof Bern

Die Apotheken Drogerien Dr. Bähler sind ein modernes Dienstleistungsunternehmen in den Bereichen Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden. Das Familienunternehmen verfügt über eine langjährige pharmazeutische Tradition.

Mitten im pulsierenden Hauptbahnhof in Bern suchen wir für unsere Bahnhof Apotheke per November 2010 oder nach Vereinbarung eine/n engagierte/n

Drogist/in (80 – 100%)
zur Leitung unseres Kosmetik-Bereiches.

Sind Sie eine Persönlichkeit mit Ausstrahlung und besonderem Flair für Kosmetik? Haben Sie Freude an regem Kundenkontakt und verfügen über Organisationstalent und hohe Sozial- und Fachkompetenz?

Wir bieten Ihnen moderne Anstellungsmöglichkeiten, flexible Arbeitszeitgestaltung, interne und externe Weiterbildungsmöglichkeiten sowie 5 Wochen Ferien. Die zentralen Dienste unterstützen Sie zudem in verschiedenen Bereichen wie Einkauf und Marketing.

Können Sie sich in einem lebhaften Betrieb in einem grossen, gut eingespielten Team wohl fühlen und sind bereit allenfalls etwas Neues im Apothekenbereich dazuzulernen? Dann erwartet Sie ein interessantes und abwechslungsreiches Tätigkeitsumfeld.

Für weitere Informationen stehen Ihnen Frau S. Meier oder Frau F. Clausen gerne zur Verfügung. Ihre schriftliche Bewerbung senden Sie bitte an Frau F. Clausen, Stv. Betriebsleiterin an die untenstehende Adresse.

BAHNHOF
APOTHEKE

Im Hauptbahnhof, 3011 Bern, Telefon 031 329 25 25

Gesucht nach **Müstair** in lebhaften Drogerie-Betrieb

Drogistin/Drogist

per sofort oder nach Vereinbarung in Ganzjahresstelle.

Sie haben Freude an der Beratung unserer internationalen Kundschaft in den Bereichen Pharma, Naturheilmittel, Ernährung und Schönheit.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

S. Conrad SA, Drogerie Parc Rom

Telefon 081 858 56 80 (J. Baeder)

An der Schweizergrenze
7537 Müstair

e-mail: drogerieparcrom@bluewin.ch

Für unsere lebhaft Drogerie in Sommer- und Wintersportort Samnaun /GR suchen wir:

Dipl. Drogist-in HF 100%

Wir sind eine kleine Drogerie in einem Tourismusort mit Schwerpunkten in den Bereichen Medikamente und Naturheilmittel. Sie arbeiten gerne selbstständig, haben Freude an der Kundenberatung und sind gerne in den Bergen, so melden sie sich bitte unter:

Medi-Center
Pozstrasse 3
7563 Samnaun
Tel. 081 861 81 11
info@medi-center.ch

kulm
APOTHEKE
SCHÖNHEIT

St. Moritz /Engadin

Wir suchen auf Anfang Oktober 2010 oder nach Vereinbarung eine freundliche, flexible und engagierte

Parfümeriefachfrau/ Drogistin

Ein kollegiales, gut eingespieltes Team erwartet Sie in unserer modern eingerichteten Parfümerie und freut sich auf Ihre kompetente Unterstützung bei der Betreuung unserer einheimischen und internationalen Kundschaft. Dabei sind Fremdsprachenkenntnisse (E, I) von Vorteil.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihre Bewerbungsunterlagen:

Kulm Apotheke & Parfümerie

Frau Verena Nunzi, Apothekerin
Via Maistra 27, 7500 St. Moritz
Tel. 081 833 40 51
E-Mail: kulmapo@ovan.ch



Informationen zu den Stellenanzeigen sowie den aktuellen Stand der Stellen finden Sie unter www.d-flash.ch

Für unsere Drogerie in Goldach / SG suchen wir nach Vereinbarung:

Drogistin 100% (Teilpensum möglich)

Schönheitsprodukte und Naturheilmittel sind Ihre Stärke. Sie haben Kenntnisse im Estée Lauder Depot und können unsere Kundschaft kompetent beraten.

Bewerbungen an:

Manuela Amhof, Thannstrasse 2, 9403 Goldach
organisation@amhof.ch / Telefon 071 220 93 93

ebi-pharm

Wir sind ein Vertriebsunternehmen im Bereich der Komplementärmedizin mit einem breiten Sortiment an Arzneimitteln und Nahrungsergänzungsmitteln (u.a. Homöopathie, Phytotherapie, orthomolekulare Medizin und mikrobiologische Therapie) und suchen eine/n

MITARBEITER/IN im wissenschaftlichen Team (80-100%) mit Abschluss als Apotheker/in, Mediziner/in oder Drogist/in HF

Fühlen Sie sich angesprochen von der Komplementärmedizin und konnten in Ihrer bisherigen Laufbahn bereits Erfahrungen in diesem Bereich sammeln? Sind Sie hungrig nach mehr Wissen und arbeiten gerne in einem gesund wachsenden Unternehmen mit Zukunftsplänen? Dann sind wir der richtige Betrieb für Sie!

In Ihrer neuen Tätigkeit

- erarbeiten Sie Schulungsunterlagen und führen Ausbildungen selbstständig durch,
- verfassen und redigieren Sie Texte für unsere Marketingabteilung,
- beraten Sie die Fachkundschaft mit medizinischen Auskünften an unserer Hotline,
- verfassen Sie Fachartikel zu unseren therapeutischen Konzepten.

Sie haben wenn möglich Erfahrung auf dem Gebiet Schulung und Ausbildung und mögen selbständiges Arbeiten, finden auch in hektischen Zeiten die nötige Ruhe und verfügen über gute Französisch und EDV-Kenntnisse.

Dann senden Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen mit Foto an Dr. Patric Weber, Fachtechnische Leitung, ebi-pharm ag, Postfach, 3038 Kirchlindach.
Wir freuen uns, Sie kennen zu lernen!



Mit «d-bulletin» frühzeitig wissen, was Ihre Kundinnen und Kunden im nächsten Drogistenstern lesen werden!

Sie erhalten den aktuellen *Drogistenstern* elektronisch im PDF-Format mit einer Inserentenliste, Bestellformularen, Fachinformationen Ihrer Lieferanten und einem Wissenstest für Sie und Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Jetzt d-bulletin abonnieren:

Claudia Peter, c.peter@drogistenverband.ch

IMPULS
DROGERIE
Allschwilerstr. 22
4055 Basel
Tel. 061 301 50 50
Fax 061 308 58 59
WENGER

Wir suchen per sofort oder nach Vereinbarung eine motivierte

Drogistin 100%.

Wenn Sie gerne Verantwortung übernehmen, sind sie bei uns richtig.

Wir freuen uns auf Sie!

Impuls Drogerie Wenger, Frau M. Bühlmann,
Allschwilerstr. 22, 4055 Basel, Natel 079/667 62 28

Gut vernetzte Drogerien = spannende Arbeitsplätze !

www.swidro.ch **swidro** 
zusammen erfolgreich

Drogistin

Thun-Dürrenast

Die Apotheken Drogerien Dr. Bähler sind ein modernes Dienstleistungsunternehmen mit den Sektoren Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden. Unser Familienunternehmen verfügt über eine langjährige, pharmazeutische Tradition.

Für unsere Apotheke Drogerie Strättligen in Thun suchen wir auf 1. Oktober 2010 oder nach Vereinbarung eine/n engagierte/n

Dipl. Drogist/in HF (80 - 100%)

Ihre Hauptaufgaben:

- Leitung der Drogerieabteilung
- Organisation und Koordination von Filialabläufen
- Personaleinsatzplanung
- Betreuung der Lernenden
- Mitarbeit auch im Apothekenbereich

Ihr Profil:

- Hohe Sozial- und Fachkompetenz
- Freude am Kundenkontakt
- Initiativ und kommunikativ
- Berufserfahrung in grossem Team von Vorteil
- Erfahrung in Apotheke von Vorteil

Unser Angebot:

- Interessante, vielfältige Aufgabe
- Angenehmes Betriebsklima
- Grosse, neu umgebaute Apotheke/Drogerie mit breitem Sortiment
- Langjähriges, motiviertes Team
- QMS zertifizierter Betrieb

Gerne gibt Ihnen Herr Chr. Moser, jetziger Stelleninhaber, oder Frau P. Martin, Betriebsleiterin, weitere Auskünfte zu dieser attraktiven Position (Tel G: 033 336 40 40). Wir freuen uns auf Ihre mündliche oder schriftliche Kontaktaufnahme. Ihre schriftliche Bewerbung mit den üblichen Unterlagen richten Sie bitte an:

**APOTHEKE DROGERIE
STRÄTLIGEN**



Schulstrasse 27, 3604 Thun-Dürrenast
E-Mail: p.martin@achillea.ch

Stellengesuche

Gesucht nach **Müstair** in lebhaften Drogerie-Betrieb

Drogistin HF/Drogist HF

per sofort oder nach Vereinbarung in Ganzjahresstelle.

Sie haben Freude an der Führung unserer Drogerie und an der Beratung unserer internationalen Kundschaft in den Bereichen Pharma, Naturheilmittel, Ernährung und Schönheit. Sie arbeiten in einem Team mit Jürg Baeder, Eidg. Dipl. Drogist, zusammen. Die Stelle kann auch als Teilzeitstelle belegt werden.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

S. Conrad SA, Drogerie Parc Rom An der Schweizergrenze
7537 Müstair
Telefon 081 858 56 80 (J. Baeder) e-mail: drogerieparcrom@bluewin.ch

Drogistin

sucht Teilzeitanstellung 30 bis 40 % in der Region Basel.

Auch an einer befristeten Anstellung wäre ich interessiert.

Auf Ihre Kontaktnahme unter Chiffre 3049 freue ich mich.

Schweizerischer Drogistenverband,
Chiffre 3049, Postfach 3516, 2500 Biel 3

Drogerien / Diverses

Zu Vermieten per sofort oder nach Vereinbarung

Drogerie

Nach 20-jähriger Geschäftsführung des bisherigen Ladeninhabers, vermieten wir das Lokal wieder neu. Die Drogerie befindet sich in Oberglatt, in der Nähe des Flughafens Zürich, in einem kleineren Einkaufszentrum. In diesem Geschäftshaus sind neben einem Café und einem Lebensmittelladen noch weitere Läden der unterschiedlichsten Branchen eingemietet.

- Ladenlokal 90 m²
- Lagerfläche 56 m² inkl. Luftabzug
- 40 Gratis Parkplätze für Kunden
- **Mietzins angepasst an Ihrem Umsatz**

Zögern Sie nicht, rufen Sie uns an.
FREBO Immobilien AG, Telefon 079 236 92 49

Dipl. Drogist/in HF gesucht!

Wir sind eine beliebte Quartierdrogerie in St. Gallen und suchen auf den **1. Oktober 2010** eine(n) neue(n) **Geschäftsführer/in**.

Haben Sie Interesse oder eine Frage?

Bitte melden Sie sich auf die
Telefon-Nr. 079 362 78 64



Ladenlokal zu vermieten in Grindelwald

Eröffnen Sie die einzige Drogerie mitten im Dorfzentrum von Grindelwald. Modernes, attraktives Ladenlokal mit viel Gestaltungsspielraum, Lageroptionen, Autoeinstellhalle und Lift. Verlangen Sie unsere ausführliche Dokumentation mit Grundrissplänen, Mietpreise und allen weiteren wichtigen Informationen. Rufen Sie uns an, wir zeigen Ihnen diese einmalige Gelegenheit gerne vor Ort.

GriwaTreuhand AG
Immobilien & Architektur

Chalet Diamant . CH-3818 Grindelwald
Tel. 033 854 11 60 . Fax 033 854 11 61
info@griwaplan.ch . www.griwaplan.ch

“Vielen Dank für den Support zur eigenen Drogerie!”



Drogistin HF – Drogist HF.
Reizt es Sie, eigenverantwortlich entscheiden zu können, frei und unabhängig zu sein, eigene Ideen umzusetzen und Erfolg zu haben.

Wir suchen laufend für verschiedene attraktive Drogerie-Standorte junge, dynamische Berufsleute, die wir auf dem Weg zur Selbstständigkeit mit Know-how und finanzieller Unterstützung begleiten möchten.

Für weitere Informationen:

Herr Hansruedi Kubli,
Telefon 081 771 31 48,
kubli.drogerie@swidro.ch
Herr Peter Vogt,
Telefon 043 244 05 05,
info@petervogtconsulting.ch

swidro Beteiligungs AG

Luzern - Littau

Zu vermieten:

331 m² Verkaufs- und Gewerbefläche

An der Kleinen Emme

Inkl. 161 m² Lagerfläche im UG. Zentrale, verkehrsgünstige Lage. Grosse Schaufensterfronten. Genügend Parkplatzmöglichkeiten.

Nettomietzins Fr. 5'500 p. Mt.

contrast finance ag
Friedentalstrasse 43
CH-6004 Luzern
Telefon 041 429 09 09



contrast
finance ag

Informationsabend

15 Jahre
Paramed

Nachdiplomstudium für Drogisten und Fachleute verwandter Berufe zum

«Dipl. Experten für traditionelle Naturheilverfahren»

8. September 2010, 18.30 Uhr

Anmeldung erwünscht.

Paramed, Zentrum für Komplementärmedizin • Haldenstrasse 1 • 6342 Baar
Tel. 041 768 20 70 • info@paramed.ch • www.paramed.ch



dropa
GANZ SCHON GESUND!

DROGERIE

Lust auf eine neue Herausforderung?
Ein Klick zu Ihrem Traumjob unter

www.dropa.ch



Toujours au courant des nouveautés!
La newsletter «**d-mail**» vous apporte
chaque semaine les dernières infos de
l'Association suisse des droguistes.

Pour vous abonner:

Evelyne Marti, e.marti@drogistenverband.ch

News, Trends, Veranstaltungen, wissenschaftliche Erkenntnisse, Köpfe aus dem Schweizer Gesundheitswesen, offene Stellen und mehr...
Wöchentlich kostenlose News aus der Branche mit dem elektronischen Newsletter *d-mail* oder als Lesestoff in der Fachzeitschrift *d-inside*.

Interessiert?

Bestellen Sie jetzt ein **Gratis-Abonnement** direkt zu Ihnen nach Hause.*

**d-inside* ist für alle Drogisten/-innen und SDV-Mitglieder gratis.

Für alle anderen kostet *d-inside* im Abonnement Fr. 75.-/Jahr und als 2. Abonnement Fr. 56.-/Jahr.

d-inside

d-inside erscheint zehnmal jährlich und ist die Fachzeitschrift für das Drogerie-Team.

d-mail

d-mail informiert schnell und übersichtlich über alles, was in und um die Drogerie interessiert. Damit Sie garantiert nichts verpassen.

Ich möchte

d-inside, die Fachzeitschrift

d-mail, den elektronischen Newsletter

Vorname, Name

E-Mail

Adresse

PLZ/Ort

Drogistin/Drogist ausgebildet in Ausbildung, aktuelles Lehrjahr _____

Arbeitgeber

Senden Sie den Talon an SDV, Abonnement Fachmedien, Postfach 3516, 2500 Biel 3, oder eine E-Mail mit Name, Adresse und Arbeitsort an info@drogistenverband.ch.

Gesunde Schönheit

aus dem Toten Meer



Am tiefsten Punkt der Erde, ca. 400 m unter dem Meeresspiegel, liegt die grösste natürliche Mineralsalzquelle der Welt, das Tote Meer – ein wahrer Lieferant für Gesundheit, Schönheit, Entspannung und Wohlbefinden. DERMASEL® spricht eine sehr breite Kundschaft an: die Elemente der Natur und die einzigartigen Bade- und Pflegewelten mit Original Totes Meer Salz verwöhnen alt und jung. Tauchen Sie ein in die erfolgreiche Wellness-Welt von DERMASEL®!

Brandneu!



DERMASEL® AQUA

Die Vorteile von DERMASEL®

- Medizinische Wirkung von Totes Meer Salz – auch bei defizitärer Haut (Neurodermitis, Psoriasis)
- Natürliche Wirk- und Duftkomponenten
- Praktische Einmalanwendungen für unterwegs – grosse Varianten-Vielfalt
- Inspirierende Geschenksideen
- Schnelldreher mit hohem Wiedererkennungseffekt
- Attraktives Preis-/Leistungsverhältnis
- Gratis-Displays & Marketingunterstützung



DERMASEL® MASKERADE



DERMASEL® SHOWER



DERMASEL® SCRUB



DERMASEL® LIQUID

Werden Sie jetzt Depot-Partner!



Kontakt / Bestellformular
Telefon: 071 454 70 44
www.pharmamedica.ch