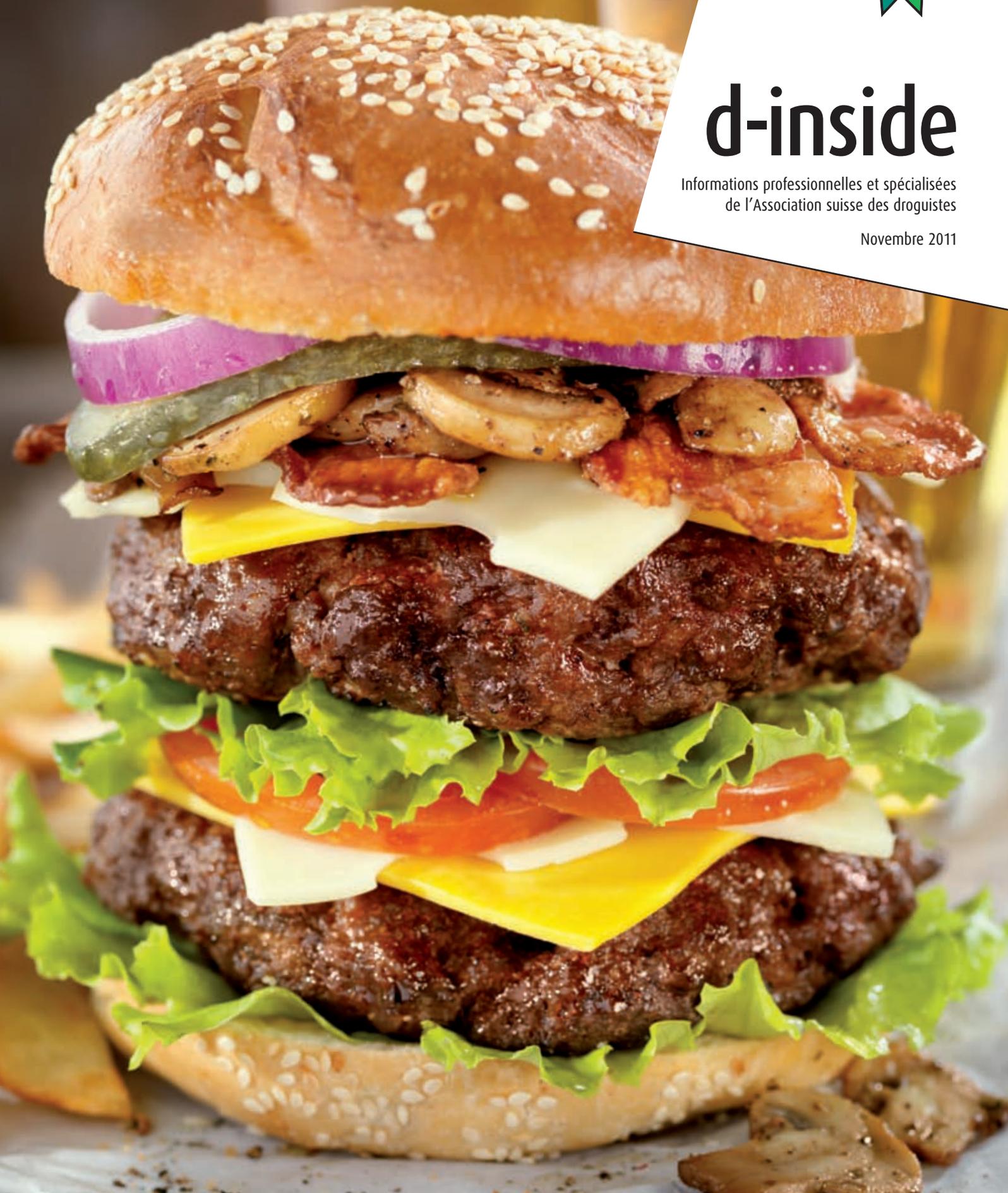




d-inside

Informations professionnelles et spécialisées
de l'Association suisse des droguistes

Novembre 2011



Les purines favorisent la goutte

Elixan Aromatica GmbH lanciert australisches Teebaumöl als Liste D-Arzneimittel.

In über 20 Jahren hat sich das Toggenburger Unternehmen im Schweizer Fachmarkt als Hersteller von Aromatherapie-Ölen etabliert. Jetzt schreibt die Firma ein neues Kapitel.

International erfolgreich

Das Familienunternehmen beschäftigt 12 Mitarbeitende in Gähwil bei Kirchberg/SG. Jährlich werden in der Schweiz rund 1,6 Mio. Aromatherapie-Einheiten à 10ml hergestellt. Ein wesentlicher Anteil (über 70%) dieser ätherischen Öle wird exportiert. Wichtigste Märkte sind Russland, Ukraine, Kirgisien, Türkei, Südkorea, USA und Brasilien.

Neben ätherischen Ölen produziert die Firma Elixan Aromatica GmbH seit 7 Jahren auch topische Arzneimittel der Liste D.

Seit Jahren bewährt: Aromatherapie

Die Firma Elixan verwendet für ihr Sortiment nur Rohstoffe aus historischen Anbaugebieten. Zusammen mit einer scho-

nenden Destillation, fachgerechten Lagerung und eingehenden Laborprüfung ergibt das die bestmögliche Qualität.

Neu: 100% Teebaumöl als Arzneimittel

Mit dem Erwerb der MelaleukaPur® Heilöl-Lizenz ist es der Firma als einzigem Unternehmen erlaubt, 100% Teebaumöl als Arzneimittel herzustellen und zu vertreiben.

Das reine Teebaumöl ist ein Destillat aus den Blättern des australischen Teebaumes (lat. Melaleuca alternifolia). Nachdem dieses ätherische Öl schon seit Jahrhunderten bei unterschiedlichsten Beschwerden eingesetzt wurde, ist es jetzt dank dem Bestreben der Firma Elixan Aromatica GmbH endlich als Arzneimittel erhältlich.



Die Produktionsstätte der Firma Elixan Aromatica GmbH beim Dorfeingang in Gähwil bei Kirchberg/SG.



Elixan Aromatica GmbH, Sonnenstrasse 2, CH-9534 Gähwil. Telefon 071 931 37 35

Aktion 6/5
Ab sofort bis
Ende November 2011
bei allen Grossisten
erhältlich.

Melaleuka Pur® Heilöl

100% Teebaumöl als Arzneimittel

Das weltweit bewährte und anerkannte Teebaumöl wird seit den 1920er Jahren als natürliches und hochwirksames Mikrobiozid bei pharmazeutischen und kosmetischen Anwendungen empfohlen.

Im ätherischen Öl sind desinfizierende und durchblutungsfördernde Wirkstoffe enthalten. Das reine Naturprodukt kann von der ganzen Familie als klassisches Aromatherapie-Öl verwendet werden.

Bei Entzündungen
im Mund- und
Rachenbereich:

Gurgeln



Bei Husten
und Schnupfen:

Inhalation



Les brèves

4 L'actualité de la branche

Branche

6 Réunion à Neuchâtel

20 Promouvoir la responsabilité individuelle

Zoom sur...

12 Une goutte douloureuse

Partenaires

8 Vaccin homéopathique contre la grippe?!

Interview

20 Traugott Steger, Heidak SA

Connaissances

30 Piqûre de rappel sur le millepertuis

36 Une bonne circulation

40 Une zone sensible

42 Recrudescence des cas d'intolérance au lactose

Rubriques

19 Conseils médias

23 Sondage en ligne

44 Le marché de l'emploi

46 A venir dans la Tribune du droguiste



Soulager sans magie!

Le visage empâté, le ventre prêt à exploser et le pied gauche emmaillotté, posé sur un tabouret. C'est ainsi que l'illustrateur allemand Wilhelm Busch avait représenté l'archétype du riche bourgeois en 1867. Mais pourquoi son pied était-il surélevé? C'est que le pauvre homme souffrait de podagre, comme on appelait encore la goutte à la fin du 19^e siècle. Une maladie très ancienne, décrite déjà à l'époque romaine, et que la fameuse saga des Harry Potter a remis sous les feux de la rampe via le personnage rondouillard de Horace Slughorn. On a longtemps cru que la goutte était la punition des gloutons... On sait désormais que cette maladie a aussi des composantes génétiques. Découvrez, page 12 et suivantes, ce que vous pouvez proposer à vos clients pour soulager leurs douleurs, sans avoir à puiser dans les recettes magiques de Harry Potter.

Ann Kugler



Les repas copieux et l'alcool détraquent les articulations. Découvrez, page 12, les conseils que vous pouvez prodiguer à vos clients sujets à la goutte.

Ann Kugler



Mesures de prévention contre le cancer L'alimentation et les activités quotidiennes ont une influence sur les risques de développer un jour un cancer.

Des chercheurs du Forum européen sur la prévention basée sur les évidences (EUFEP) viennent de le rappeler. Mais le centre allemand de recherche sur le cancer nuance cette position en se référant à de nouvelles découvertes. Les mesures de prévention qui trouvent grâce aux yeux de ces scientifiques sont notamment les suivantes: éviter le surpoids, faire suffisamment d'exercice et ne consommer de l'alcool qu'avec modération. D'autant que si un verre de vin par jour peut avoir des effets positifs sur le système cardiovasculaire et l'espérance de vie en général, il ne semble pas prévenir les risques de cancer. Les fibres alimentaires, en revanche, voient leur effet préventif confirmé. Enfin, renoncer à la cigarette reste une mesure de prévention essentielle. *cdp*

Des seniors pantouflards

Les hommes et les femmes qui ne sont pas satisfaits de leur santé pratiquent moins de sport que les autres. Conséquence: à 18 ans, quand ils se sentent en pleine forme, près de 70 % des hommes et 42 % des femmes pratiquent une activité physique hebdomadaire. A 35 ans, les femmes sont aussi nombreuses que les hommes à suivre un entraînement: 30 %. Enfin seuls 18 % des plus de 68 ans, hommes et femmes confondus, font encore de l'exercice. Telles sont les conclusions d'une enquête socio-économique (SOEP) réalisée en Allemagne. *www.diw.de*

Nouvelle centrale de groupements

Les forces se concentrent à une même adresse – la centrale de services des drogueries et pharmacies IMPULS est dès à présent domiciliée sous le même toit que DR. BÄHLER DROPA SA, dans le quartier zurichois de Binz. DR. BÄHLER DROPA SA s'occupe aussi bien de commerces propres que de franchisés indépendants avec des prestations taillées sur mesure. Le groupe comprend les pharmacies-drogueries Dr. Bähler, les drogueries-pharmacies Dropa et les drogueries-pharmacies Impuls. La nouvelle adresse de la centrale commune est:

DR. BÄHLER DROPA AG

Binzstrasse 38, 8045 Zurich, tél. 044 284 80 80.
www.baehlerdropa.ch

Une croissance faible

Les mesures d'économie sur le marché des médicaments ont des effets durables, comme en attestent les dernières données d'IMS, le spécialiste des études de marché. Entre janvier et fin août 2011, les coûts des médicaments remboursés par les caisses-maladie et transmis par les médecins et les pharmaciens n'ont progressé que de 0,6 % par rapport à la même période de l'année précédente, à environ 2 milliards de CHF. *cdp*

Vente de médicaments à Zurich

Les médecins de Zurich et de Winterthur peuvent continuer à remettre des médicaments dans leur cabinet. Le Tribunal fédéral a tranché, fin septembre, mettant fin à un litige en suspens depuis des années. Il a donc donné son feu vert à la remise de médicaments par les médecins dans les villes de Zurich et de Winterhour, rejetant ainsi la plainte de l'association suisse des pharmaciens. *cdp*

Rachat finalisé

Le groupe pharmaceutique japonais Takeda a finalisé le rachat du laboratoire suisse Nycomed, dont il avait annoncé l'acquisition en mai pour 9,6 milliards d'euros, lui permettant de se renforcer notamment dans les pays émergents, a-t-il annoncé dans un communiqué. Le suisse Nycomed est donc intégré comme filiale à part entière dans le groupe japonais. *cdp*

Dans le cerveau des boulimiques

Des chercheurs soutenus par le Fonds national suisse ont mis en évidence l'existence d'une relation entre la concentration de dopamine dans le cerveau et une prédisposition à la boulimie. Cette découverte pourrait constituer le point de départ d'un nouveau traitement basé sur d'autres médicaments que les antidépresseurs. *www.snf.ch*

Hygiène du sommeil et surpoids

Les enfants qui se couchent et se lèvent tard pratiqueraient moins d'exercice physique durant leurs loisirs et afficheraient un poids plus élevé que les autres – et ceci indépendamment d'autres facteurs tels que l'âge, le sexe, le revenu et la durée du sommeil. C'est ce que vient de révéler une enquête réalisée par des chercheurs australiens. *www.news.de*

Du sel contre les engorgements

Le sel soulage les personnes souffrant de maladies des voies respiratoires, en particulier d'engorgements dus à des mucosités. Ce principe, dont différents centres thermaux et autres grottes salines ont déjà su tirer profit, est également de plus en plus reconnu et apprécié en médecine classique. Ainsi, l'Université de Vienne confirme que des inhalations d'eau saline peuvent temporairement nettoyer les voies respiratoires en cas d'engorgement aigu. Et elles peuvent aussi, en complément du traitement des engorgements chroniques, réduire les risques de prolifération des bactéries. *cdp*

L'effet nocebo

On ignore toujours quels mécanismes seraient responsables de l'apparition de l'effet nocebo. Certains scientifiques croient que certains patients qui commencent un nouveau traitement se conditionnent eux-mêmes à ressentir des effets secondaires. Ils deviendraient alors très attentifs au moindre symptôme négatif, ce qui expliquerait les malaises rapportés. Heureusement, ces malaises demeurent généralement vagues et sans conséquences. *www.cybersciences.com*

«atout santé»: vitamines et sels minéraux

En santé et performants, voilà comment les collaborateurs des entreprises qui participent à «atout santé» devraient se sentir. Le conseil de santé de novembre explique comment renforcer l'organisme avant l'hiver grâce à une alimentation saine et aux substances vitales. Cette brochure est disponible en ligne sur *www.drogoserver.ch* (dossier «atout_sante»). Important: le conseil de santé de novembre contient un bon de 20 % pour une boîte de comprimés effervescents ou filmés de Berocca ainsi qu'un bon de 20 % pour une boîte de Supradyn energy.

Nouvel étiquetage

Les consommateurs pourront acheter plus sain et en meilleure connaissance de cause. Tel est le premier objectif des nouvelles règles de l'Union adoptées en septembre par le Parlement européen. La valeur énergétique, ainsi que la quantité de lipides, d'acides gras saturés, de glucides, de sucre, de protéines et de sel devront être clairement visibles sur l'emballage, ce qui permettra aux consommateurs de consulter aisément ces données. *www.europarl.europa.eu*

Les transports publics renforcent le système immunitaire

Les usagers des bus et des trains participent certes à la propagation de moult virus et bactéries et sont exposés à des risques accrus de refroidissements. Mais une étude anglaise vient de révéler que le système immunitaire des personnes qui prennent régulièrement les transports publics finit par s'adapter aux germes auxquels il est exposé et en ressort renforcé. *www.focus.de*

Résistance aux antibiotiques et phytothérapie

Quels sont les traitements alternatifs en cas de maladie des voies respiratoires et comment surmonter le problème de la résistance aux antibiotiques? Telles sont les questions sur lesquelles Schwabe Pharma SA s'est penchée lors de sa conférence de presse du 8 septembre 2011, en donnant la parole à deux scientifiques de renom, le professeur Andres Widmer, infectiologue, et le professeur Franz D. Daschner. Leurs constats: primo, il ne faut pas s'attendre à l'arrivée de nouveaux antibiotiques sur le marché ces prochaines années; deuxio: comme les gens voyagent beaucoup, les personnes infectées par des germes très résistants seront de plus en plus nombreuses. Outre l'usage modéré et raisonnable d'antibiotiques et des mesures d'hygiène évidentes, les deux professeurs préconisent aussi l'utilisation de remèdes à base de plantes. Jusqu'à présent, en effet, les bactéries n'ont pas développé de résistance aux phytothérapeutiques qui agissent essentiellement de manière indirecte en augmentant les défenses de l'organisme. *fk*

Médicaments et activité hépatique

Quels sont les effets des médicaments sur le foie? Les informations sur le sujet sont encore rares. La fondation allemande «Leberstiftung» a donc voulu approfondir la question et a organisé une vaste étude, en collaboration avec un groupe de pharmacies. Les premiers résultats de cette enquête scientifique viennent de tomber: la prise de médicaments a perturbé la fonction hépatique de 15,3 % des participants, soit beaucoup plus de personnes que prévu. *www.deutsche-leberstiftung.de*

Effets bénéfiques des phyto-œstrogènes

Des scientifiques du centre allemand de recherche sur le cancer ont réussi pour la première fois à démontrer que les phyto-œstrogènes réduisent la mortalité due au cancer du sein chez les femmes ménopausées. Les phyto-œstrogènes pourraient également réduire de 40 % les risques de développer des métastases ou des tumeurs secondaires. *www.sprechzimmer.ch*

Alimentation et formation du fœtus

Une alimentation saine peut-elle avoir une influence sur les risques de malformation du tube neural ou de la fente labio-palatine (bec-de-lièvre)? Cette question a été traitée dans le cadre d'une étude de contrôle de cas. Plus de 10 000 mères ont été invitées à répondre à un questionnaire portant sur leurs habitudes alimentaires pendant la grossesse. Conclusion: le risque de malformation du tube neural est deux fois moins élevé chez les femmes qui ont une alimentation saine et les diverses formes de malformation de la fente labio-palatine sont trois à quatre fois plus rares. *www.sprechzimmer.ch*

Schule für
klassische Homöopathie
Zürich

anspruchsvoll
zeitgemäß
praxisorientiert

Klassische Homöopathie

3-jährige Ausbildung
berufsbegleitend

www.skhz.ch
schule@skhz.ch
041 760 82 24

Point de ralliement: Neuchâtel

De A comme aroma-spagyrie à S comme sels de Schüssler en passant par G comme gestion du temps, le programme du forum de formation était particulièrement riche. L'occasion pour quelque 500 droguistes de se retrouver à Neuchâtel.

Du 11 au 14 septembre 2011 s'est déroulé à Neuchâtel le forum annuel de formation, principal pilier de la formation complémentaire dans la branche de la droguerie. Quelque 500 droguistes se sont retrouvés autour de 28 modules, déclinés sur le thème «Les cinq sens sens dessus dessous». Les responsables de l'organisation, dont le directeur de l'ESD, Beat Günther, se disent globalement très satisfaits: les cours ont été jugés positivement, puisqu'ils ont obtenu une note de «bonne» (4) à «très bonne» (5), avec une valeur globale moyenne de 4,9. Seul un des cours n'a pas totalement répondu aux exigences. Les cours «Aroma-spagyrie», «Le miel», «Tensions dans la nuque», «Perceptions sensorielles» et «Gestion du temps», en revanche, ont rencontré un grand succès. Les intervenants ont été jugés «excellents» et le contenu des cours «très intéressant». Seul bémol, la durée limitée des cours, car beaucoup auraient aimé se pencher plus longuement sur les nombreux thèmes proposés.

91 % des participants ont considéré que le niveau des cours était «tout à fait adapté» voire parfois «exigeant». Seuls 7,9 % ont estimé que le niveau des cours aurait pu être plus exigeant, tandis que 1,1 % l'ont jugé au contraire trop exigeant.

Avez-vous perdu un bijou?

Quelques bijoux ont été égarés au forum de formation. Si vous avez perdu un bijou, veuillez prendre contact avec Rachel Grimi (r.grimi@drogistenverband.ch).

Nous remercions les sponsors suivants de leur généreux soutien au forum de formation!



Félicitations!

Les participants au forum de formation avaient l'occasion de gagner l'un des cinq bons de perfectionnement d'une valeur de Fr. 100.– chacun. Voici les heureux gagnants:

- › Debora Martelli, pharmacie-droguerie Greifensee
- › Mirjam Müller, droguerie Droga Roth Flatt SA, Herzogenbuchsee
- › Sonja Wüthrich, droguerie remèdes naturels Dreier, Boll
- › Madeline Roth, droguerie Pollien, Lausanne
- › Doris Merkle, droguerie Droga Habegger SA, Wabern

Flavia Kunz /trad: Is

Bon à savoir

Forum de formation 2012

Ne manquez pas le prochain forum! Le prochain forum de formation aura lieu du **23 au 26 septembre 2012**, sur le thème: «**40 plus – santé et prévention**». Réservez ces dates dès maintenant!

- 1 Verena Biedermann de l'entreprise Goloy proposait aux participants de tester les dernières nouveautés cosmétiques.
- 2 Carine Buhmann, spécialiste en matière de nutrition, explique l'importance d'avoir une bonne santé intestinale.
- 3 Les nourritures terrestres n'ont pas été négligées non plus.
- 4 Quelle plante et sous quelle forme? Christine Funke explique le choix des différentes formes galéniques.
- 5 Ecouter et prendre des notes pour tirer profit au mieux des connaissances transmises dans chaque cours.
- 6 Rien de tel que de tester soi-même les bienfaits d'un véritable massage sportif.
- 7 Entre deux cours, le forum de formation offre l'occasion de s'informer sur place sur les produits.
- 8 Les divers stands présentent les nouveaux produits disponibles sur le marché.
- 9 Durant les pauses, les participants ont le temps d'échanger leurs impressions et de nouer des contacts.



Un vaccin homéopathique contre la grippe?!

La question sur la vaccination contre la grippe dite «porcine» a animé les débats pendant les deux dernières périodes grippales en raison des risques qu'elle peut engendrer. Les craintes exprimées au sujet des adjuvants contenus dans ces vaccins ont également incité de nombreuses personnes à rechercher des alternatives.

Certains spécialistes et membres du corps médical ont alors proposé à leurs patients un «vaccin homéopathique contre la grippe». Il faut savoir que les recommandations de ce type sont trompeuses et mettent fortement en danger la vie des patients. Les patients à risque, auxquels l'OFSP recommande vivement de se faire vacciner au moyen du vaccin antigrippal disponible, pourraient à tort croire qu'ils sont protégés en utilisant ces préparations homéopathiques. Le présent article vise à expliquer les possibilités et les limites de ces préparations.

Swissmedic estime que l'utilisation du terme «vaccin homéopathique contre la grippe» induit en erreur. Les préparations homéopathiques qui sont employées pour traiter certains symptômes grippaux n'ont aucun point commun avec les vaccins au sens courant du terme. Selon les principes classiques de l'homéopathie, les médicaments homéopathiques n'ont en règle générale pas d'effet préventif. Par conséquent, ils ne devraient en théorie être utilisés qu'après l'apparition de symptômes pathologiques précis (un spécialiste ou un membre du corps médical disposant de l'autorisation requise sélectionne le remède en appliquant le principe de similitude et en s'appuyant sur le profil de ce dernier).

Vous trouverez ci-dessous quelques informations plus détaillées sur les deux principaux remèdes homéopathiques que certains spécialistes et professionnels de la santé vendent à tort comme des «vaccins homéopathiques contre la grippe» dans le commerce de détail.

› Influenzinum

Influenzinum (ou Influenzinum Nosode) est une préparation homéopathique qui est fabriquée en général à partir d'un vaccin antigrippal transformé et dilué par étapes selon les principes de l'homéopathie. Toutes les préparations homéopathiques Influenzinum qui sont commercialisées avec un numéro d'autorisation Swissmedic ont été approuvées conformément à l'ordonnance sur les médicaments complémentaires et les phytomédicaments (OAMédcophy; RS 812.212.24) en vue d'être vendues sans indication (article 17, alinéa 1 et article

1955 OAMédcophy). Par conséquent, il est interdit de faire leur promotion en précisant l'indication ou le dosage. Les supports publicitaires (encarts dans la presse, dépliants, notices d'emballage, présentoirs, présentoirs de comptoir et autocollants) sur lesquels figureraient des données de ce type sont illégaux. Il en va de même pour les préparations Influenzinum qui sont encore commercialisées à l'heure actuelle en application des dispositions transitoires prévues à l'article 33 de l'OAMédcophy.

Les préparations homéopathiques qui ont été autorisées sans indication peuvent être uniquement recommandées ou remises dans le cadre de traitements individuels. Des spécialistes ou des professionnels de la santé habilités à prescrire ces traitements tiendront compte du profil du médicament le plus approprié à leur patient.

La mention de certaines vertus thérapeutiques, la promotion auprès du public et la vente d'Influenzinum en tant que «vaccin homéopathique contre la grippe» sont donc illicites.

› Oscillocoquinum

Cette préparation est fabriquée à partir de foie et de cœur de canard qui sont transformés puis dilués par étapes selon les principes de l'homéopathie (anas barbariae hepatitis et cordis extractum 200K). Selon l'information destinée aux patients sur ce médicament, cette préparation est autorisée pour les usages suivants: «Selon la conception homéopathique, Oscillocoquinum peut être utilisé en cas de traitement préventif de la grippe, d'état grippal à son début et d'état grippal déclaré».

«Les membres du corps médical et les spécialistes n'ont pas le droit de faire la promotion de certains médicaments homéopathiques ou de les vendre en tant que «vaccins homéopathiques contre la grippe».

Ni le distributeur de ce remède ni les détaillants n'ont donc l'autorisation de vendre Oscillocoquinum comme un «vaccin homéopathique contre la grippe», puisque cette description ne correspond pas aux données qui ont été approuvées par Swissmedic. Le fait de parler de «vaccin homéopathique contre la grippe» sous-entend en effet que cette préparation a le même effet qu'un vaccin conventionnel contre la grippe. Or un véritable vaccin contre la grippe renferme différents virus grippaux inactivés sélectionnés chaque année par l'OMS – ou des composants de ces virus. Il déclenche une réponse immunitaire précise en induisant la production d'anticorps spécifiques dirigés contre ces virus grippaux, et il apporte dès lors une protection particulière. En revanche, la préparation Oscillocoquinum n'est pas en mesure de déclencher cette réponse immunitaire spécifique. L'information destinée aux patients à son sujet attire par ailleurs indirectement l'attention sur cette différence importante en recommandant aux groupes à risque de consulter un médecin.

Modalités de remise appropriées

Conformément à l'article 26 de la loi sur les produits thérapeutiques (LPT, RS 812.21), les règles reconnues des sciences pharmaceutiques et médicales doivent être respectées lors de la remise de médicaments. L'article 3 de cette loi prévoit par ailleurs que quiconque effectue une opération en rapport avec des médicaments a un devoir de diligence qui consiste à ne pas mettre en danger la santé de l'être humain et des animaux.

Les membres du corps médical et les spécialistes n'ont pas le droit de faire la promotion de certains médicaments homéopathiques ou de les vendre en tant que «vaccins homéopathiques contre la grippe» car ces allégations peuvent induire le consommateur en erreur. En effet, certaines personnes qui appartiennent à des groupes à risque et auxquelles un médecin a recommandé expressément de se faire vacciner pourraient renoncer au vaccin antigrippal actuellement recommandé par l'OFSP en entendant ce genre d'allégations, et mettraient ainsi leur santé en péril.

Swissmedic, Contrôle du marché des médicaments

Dr Stefan Borner

Grippe et homéopathie

L'homéopathie aide, mais peut-elle vraiment prévenir la grippe?

Les réponses de Christian U. Vogel et Heidi Schönenberger, respectivement président et membre du comité de l'Association suisse en naturopathie (ASN).



Comment l'homéopathie considère-t-elle la grippe?

Christian U. Vogel:

La grippe ou le «virus» en tant que tel n'est pas un thème en homéopathie. En effet, l'homéopathie considère l'être dans sa globalité, avec ses spécificités individuelles et ses symptômes personnels. On prend donc le temps qu'il faut pour observer l'ensemble et pour déterminer le médicament adapté à chaque situation particulière. Il n'existe pas de recette prête à l'emploi et donc pas de «vaccin homéopathique contre la grippe». Les produits des complexes homéopathiques permettent certes de simplifier les choix. Mais il ne s'agit alors plus d'homéopathie classique.

Pourquoi les homéopathes considèrent-ils qu'il est néanmoins préférable de recourir aux médicaments homéopathiques?

Christian U. Vogel: Tout simplement parce que l'homéopathie, pour peu que l'on choisisse le bon médicament, agit rapidement et ne surcharge pas l'organisme.



Que pensez-vous des médicaments Influenzinum et Oscillocoquinum?

Heidi Schönenberger: Ces médicaments sont des nosodes. En général, ils ne sont pas utilisés correctement; autrement dit, pas selon les principes homéopathiques de Hahnemann.

Quel est le champ d'action et d'application de ces deux remèdes?

Heidi Schönenberger: En simplifiant, on peut dire que les personnes qui pratiquent l'homéopathie classique utilisent Influenzinum non pour le traitement de la grippe, mais, si nécessaire, pour le traitement des conséquences de la grippe. Quant à Oscillocoquinum, il a fait ses preuves dans le traitement de la pneumonie, pour autant que les modalités soient adaptées.

Flavia Kunz /trad: cs



ESD-Cycle de formation 2012-14 Des perspectives pour l'avenir

Journée d'information

Lundi 7 novembre 2011, 14h00-17h00.
Toutes les personnes intéressées sont les bienvenues.

Branches soumises à l'examen

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 15 mars 2012.

Examen d'admission

Mercredi 28 mars 2012

Début du prochain cycle

Lundi 20 août 2012

Délai d'inscription

Le délai d'inscription pour tous les candidat(e)s est fixé au 28 février 2012.

ESD-Ausbildungszyklus 2012-14 Eine Zukunft mit Perspektiven

Informationstag

Montag, 7. November 2011, 14.00 bis 17.00 Uhr.
Alle interessierten Personen sind herzlich willkommen.

Prüfungsfächer

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, 15. März 2012.

Aufnahmeprüfung

Mittwoch, 28. März 2012

Beginn des nächsten Ausbildungszyklus

Montag, 20. August 2012

Einschreibefrist

Die Einschreibefrist für sämtliche Kandidatinnen und Kandidaten ist der 28. Februar 2012.

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 7 novembre 2011

Name / Nom: _____
Adresse / Adresse: _____
E-Mail / Courriel: _____
Vorname / Prénom: _____
PLZ Ort / NPA localité: _____
Telefon / Téléphone: _____

Délai d'inscription pour la journée d'information:
3 novembre 2011

Anmeldeschluss für den Informationstag:
3. November 2011

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



Rétribuer le temps de l'allaitement?

Selon l'organisation mondiale de la santé, les femmes devraient allaiter pendant six mois. Mais il n'est pas toujours facile de suivre cette recommandation. Que se passe-t-il lorsqu'une droguiste reprend le travail après son congé maternité et souhaite encore allaiter son enfant?

Je vais bientôt retourner travailler après mon congé maternité de quatre mois. J'aimerais continuer à allaiter mon enfant. Si j'ai bonne mémoire, les mères ont la possibilité d'allaiter pendant le travail, respectivement de quitter pour ce faire leur poste de travail. Je pompe mon lait et je pensais aussi pouvoir quitter mon poste pour ce faire. Mais en réponse à ma demande, ma supérieure m'a dit que pomper son lait ne donne pas les mêmes droits que d'allaiter son enfant. Selon elle, le temps consacré au pompage du lait ne serait pas rétribué. Est-ce correct?

Il n'est pas du tout clair si les absences pour cause d'allaitement, respectivement le temps consacré à l'allaitement, doivent être ou non considérées comme des heures de travail et donc rétribuées comme telles. La loi en la matière est malheureusement très lacunaire et donc peu claire.

Selon l'ordonnance 1 relative à la loi sur le travail (art. 60 OLT1), durant la première année de l'enfant, l'intégralité du temps consacré à l'allaitement est réputée temps de travail lorsque la travailleuse allaite son enfant dans l'entreprise. Mais seule la moitié du temps consacré à l'allaitement est réputée temps de travail lorsque la travailleuse quitte son lieu de travail pour allaiter. Il est clair que cette disposition concerne aussi bien les femmes qui allaitent que celles qui pompent leur lait.

Reste la question controversée: ce temps doit-il ou non être rémunéré? La loi ne répond pas clairement à cette question. En théorie et en pratique, on considère généralement que l'article 60 de l'OLT1 ne concerne que le temps de travail,

autrement dit, que les femmes qui allaitent ou qui pompent leur lait ne doivent pas être obligées à travailler plus longtemps, soit au-delà de la durée quotidienne contractuelle (et de toute façon pas au-delà de 9 heures par jour).

Il ne serait donc pas admissible qu'elles doivent prolonger leurs horaires quotidiens pour compenser la durée des séances de pompage – elles ne doivent donc pas rattraper le temps consacré à l'allaitement ou au pompage. Si votre contrat de travail prévoit une durée de travail hebdomadaire de 42 heures, ce temps de travail maximal ne doit pas être dépassé. Même pas pour compenser des absences dues à l'allaitement ou au pompage.

En conséquence, le temps consacré à l'allaitement et au pompage du lait est considéré com-

me du temps de travail – mais, faute de base légale, l'employeur n'est pas obligé de le rétribuer. Une

«La loi ne répond pas clairement à cette question.»

situation contestée et frustrante pour les travailleuses qui durera jusqu'à une décision positive de la jurisprudence respectivement jusqu'à ce qu'une nouvelle réglementation légale soit clairement formulée.

Précisons qu'une initiative parlementaire (dont la procédure de consultation vient d'arriver à terme) demande la ratification de la Convention 183 de l'Organisation internationale du travail (OIT) sur la protection de la maternité. Si la Suisse ratifiait cette Convention, le problème serait résolu puisqu'elle stipule que le temps consacré à l'allaitement doit être compté comme temps de travail et rémunéré en conséquence.



Regula Steinemann,
avocate et directrice de
«Employés Droguistes Suisse»

Cette page est ouverte à
«Employés Droguistes Suisse».
L'avis de l'auteur ne doit pas coïncider avec celui de la rédaction.

www.drogisten.org

Une goutte douloureuse

Autrefois, la goutte était considérée comme le mal des riches et, aujourd'hui, cette maladie toujours associée à l'opulence est particulièrement présente dans les pays industrialisés. Et pour cause, les excès alimentaires et l'abus d'alcool surchargent les reins et perturbent les articulations.

La goutte, ou arthrite goutteuse, évolue en général longtemps de manière totalement asymptomatique jusqu'à ce qu'une crise aiguë se produise. La première crise arrive généralement de façon soudaine et inattendue – souvent durant la nuit – et se caractérise par de fortes douleurs en général à la base du gros orteil – raison pour laquelle les anciens l'appelaient aussi «podagre», autrement dit «qui est saisi par le pied» et par extension «goutte au pied». Mais l'arthrite goutteuse peut aussi toucher d'autres articulations.

La crise de goutte

La moindre secousse, le moindre contact avec le drap du lit peut provoquer de violentes douleurs dans l'articulation touchée. La douleur disparaît ensuite, au plus tard après trois jours, et la maladie redevient asymptomatique jusqu'à la prochaine crise. Ces dernières années, des chercheurs ont découvert que la présence de cristaux d'acide urique dans les articulations provoque une augmentation de la production de cellules immunitaires, lesquelles libèrent de l'interleukine, un médiateur pro-inflammatoire. Conséquence: l'articulation devient le siège d'une inflammation, avec ses symptômes typiques: douleur, gonflement (tuméfaction), chaleur et rougeur.

Si la goutte n'est pas traitée, elle évolue en 5 à 15 ans en goutte chronique – laquelle s'accompagne de déformations des articulations, de dépôts d'acide urique dans les tissus mous et de la destruction du cartilage et des os. Les dépôts d'acide urique peuvent atteindre la taille d'un petit pois. Ces nodules, également appelés tophi, peuvent se former sur le pavillon auriculaire, les doigts, les orteils ou les coudes.

Les possibilités de traitement en médecine académique

Aujourd'hui, il est très rare que l'hyperuricémie (augmentation excessive du taux d'acide urique dans le sang) ne soit pas soignée. Au contraire. Au lieu de se contenter de soulager les douleurs durant les crises avec des analgésiques et des anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS), la médecine académique mise actuellement sur d'autres médicaments pour tenter de stabiliser le taux d'acide urique au-dessous de 6 mg/dl de sang dès la première crise. Elle dispose pour ce faire de deux groupes de principes actifs. La benzbromarone se retrouve dans les médicaments uricosuriques – qui augmentent l'élimination de l'acide urique dans les urines. Durant les premiers jours du traitement, le volume d'urine augmente. Il est donc important que les personnes sous traitement boivent au moins 2 litres de liquide par jour. Quant à l'allopurinol, c'est un hypo-uricémiant; autrement dit, il réduit la production d'acide urique dans le corps – ce qui provoque une baisse de l'uricémie. Le traitement peut même réduire les dépôts existants. Le traitement à la colchicine (extrait végétal standardisé de colchiques) est également possible. Mais le remède homéopathique Colchicum autumnale est presque encore plus souvent utilisé dans le traitement de la goutte.

Le métabolisme des purines

La goutte n'est pas seulement une maladie des articulations, c'est aussi et surtout un trouble métabolique qui peut toucher différents organes, en particulier les reins. Chez un individu sain, les reins éliminent 70 à 80 % de l'acide urique via l'urine. Le reste est éliminé par l'intestin. L'acide urique est le produit de la dégradation des purines dans l'organisme. Les purines sont des composants naturels du patrimoine génétique. On les retrouve donc dans toutes les cellules de l'organisme. ➤



La bière influence doublement le taux d'acide urique: l'alcool qu'elle contient agit sur le métabolisme des purines et sa forte teneur en purines favorise la formation d'acide urique.

Une partie de l'acide urique issu de la dégradation des purines est produite par le corps lui-même lors de la décomposition de son matériel cellulaire. Mais les purines se trouvent aussi en quantités variables dans le matériel génétique et cellulaire de certaines plantes et d'animaux – et donc dans les aliments qui en découlent. En principe, notre métabolisme est donc capable de se débrouiller avec les purines. Mais l'hyperuricémie, autrement dit un taux excessif d'acide urique dans le sang, peut avoir deux origines: l'élimination insuffisante de l'acide urique ou la production excessive d'acide urique. La formation excessive d'acide urique survient surtout lors de la décomposition de certains aliments qui contiennent beaucoup de purines. La consommation de certaines viandes et de certaines sortes de poisson peut ainsi faire grimper en flèche le taux de purines. Parmi les aliments à surveiller, on peut citer: la truite, le hareng, les sardines, les abats, la chasse, le poulet grillé et le foie, mais aussi le bouillon, les asperges, les légumineuses et la levure de boulanger. La consommation d'alcool peut aggraver le problème car l'alcool freine l'élimination de l'acide urique par les reins. Consommer de l'alcool et des aliments riches en purines peut ainsi multiplier par 30 le taux d'acide urique dans le sang (par rapport au taux normal).

Des cas plus nombreux

On parle de goutte primaire lorsque l'hyperuricémie est provoquée par un dysfonctionnement inné du métabolisme. En revanche, si d'autres facteurs sont à l'origine des symptômes, comme la prise de médicaments ou des maladies (maladie rénale, tumeur, anémie ou diabète sucré mal réglé), on parlera de goutte secondaire. Selon la Société suisse de nutrition, 30% des hommes et 3% des femmes souffrent d'hyperuricémie – mais seuls 10% d'entre eux développent ensuite une arthrite goutteuse. La tendance est à la hausse. Chez les femmes, les cas augmentent notamment après la ménopause. On suppose que ce serait dû à un effet hypo-uricémiant de l'œstrogène – effet qui n'a pas encore pu être clairement expliqué. Chez les hommes, c'est la cause la plus fréquente d'arthrite inflammatoire dans les articulations. Les personnes en surpoids souffrent plus fréquemment de la goutte que celles qui ont un poids normal. Une explication possible à cela est la résistance à l'insuline due au surpoids, laquelle a une incidence néfaste sur le taux d'acide urique. Une tension artérielle trop élevée, souvent en relation avec une surcharge pondérale, agit elle aussi défavorablement sur la concentration d'acide urique. Une perte de poids peut y remédier en partie. Cependant, une perte de poids trop rapide, et surtout les jeûnes, sont fortement déconseillés. La diminution de la masse musculaire liée au jeûne augmente l'élimination de purines et par conséquent la teneur en acide urique dans le sang, ce qui provoque une poussée de goutte.

Boire et manger comme il se doit

Pour prévenir de nouvelles crises ou du moins pour les espacer le plus possible, il faut réduire au maximum la

consommation de purines. L'alimentation et le mode de vie sont donc deux thèmes essentiels du traitement de la goutte. Et tout particulièrement la quantité de liquide bue quotidiennement: pour prévenir la formation d'acide urique et en favoriser l'élimination, les personnes concernées devraient boire beaucoup – deux litres en temps normal et jusqu'à trois litres en période de crise. Une autre mesure essentielle consiste à modifier son comportement alimentaire. En effet, rappelons-le, la viande, les saucisses, les légumineuses (haricots de soja, petits pois, lentilles), les abats, la peau de poisson et de volaille contiennent beaucoup de purine (voir encadré) et peuvent donc aggraver le problème. La bière et les eaux-de-vie augmentent aussi le taux d'acide urique et sont donc à éviter. En revanche, les aliments comme le lait, les œufs, les pommes de terre et les pommes, de même que le pain complet et le fromage en contiennent peu et ont donc un effet positif sur le taux d'acide urique. Précisons encore que la caféine faisant partie des alcaloïdes des purines, dont la dégradation aboutit à la formation d'acide urique, le café et le thé noir sont également déconseillés.

En cas de goutte, la thérapie passe toujours par des changements du mode de vie et des habitudes alimentaires. Pas besoin cependant de renoncer définitivement aux hamburgers et autres steaks hachés: il suffit de les consommer avec plus de modération.



panthermedia.net

Prudence avec le lactose

«Sans sucre cristallisé» – telle est la mention qui figure sur bon nombre de yaourts, sodas, jus de fruits et confitures. Ces produits sont édulcorés avec du fructose ou du «sucre naturel des fruits», ce qui semble très sain. Mais ça ne l'est pas. Des études récentes réalisées aux Etats-Unis montrent que les produits édulcorés avec du fructose peuvent aussi favoriser la goutte. Le fructose est en effet le seul hydrate de carbone qui provoque une augmentation du taux d'acide urique dans l'organisme et donc une augmentation des risques de goutte. Le fructose est métabolisé par l'enzyme fructokinase en fructose 1-phosphate. L'énergie libérée durant ce processus, l'ATP, est dégradée en AMP, qui intervient dans la synthèse de l'acide urique. «C'est surtout la consommation de sodas sucrés, qui a fortement augmenté ces dernières décennies aux Etats-Unis, qui nous inquiète. Il est bien possible que cette augmentation ait contribué au doublement des cas de goutte dans notre société durant la même période. Nos résultats indiquent que les boissons contenant du fructose augmentent autant les risques de goutte que les boissons contenant de »

La teneur en purines des aliments

Aliment	Teneur en purines / 100 g
Extrait de viande (bouillon)	3300 mg
Abats	250 – 550 mg
Thon	257 mg
Sardines	239 mg
Viande de veau/de porc	100 – 150 mg
Saucisse à rôti de veau	91 mg
Œufs	5 mg
Lait/produits laitiers	0/0 – 30 mg
Fruits/légumes	10 – 30 mg

Source: Société suisse de nutrition

l'alcool», déclare Hyon Choi, auteur de l'étude, sur le site internisten-im-netz.de. Cela ne signifie évidemment pas que les personnes qui souffrent de la goutte ne doivent plus consommer de fruits et de légumes. Car le corps peut parfaitement assimiler le fructose naturellement présent dans les fruits et les légumes. En revanche les produits fabriqués industriellement – souvent avec du sirop bon marché au maïs – contiennent beaucoup plus de fructose. Les spécialistes recommandent donc de renoncer, dans la mesure du possible, au fructose de synthèse et à tous les aliments ou compléments alimentaires qui contiennent du fructose, du sirop de fructose et glucose, du high fructose corn syrup ou autres appellations similaires. Lorsqu'une personne souffrant de la goutte veut perdre du poids, elle ne doit pas se laisser abuser par les prétendues vertus du fructose – d'autant qu'il contient pratiquement autant de calories que le sucre de ménage.

De nombreuses possibilités avec les médicaments naturels

En plus de modifier leurs habitudes alimentaires, de boire plus et de perdre du poids, les personnes concernées peuvent aussi miser sur des méthodes de médecine complémentaire pour abaisser leur taux d'acide urique. En association avec des médicaments de la médecine académique, elles peuvent recourir aux méthodes suivantes, en fonction de la gravité de leur pathologie.

Les mélanges basiques

«L'état de l'équilibre acido-basique influence considérablement l'évolution de la goutte», explique le professeur de sciences naturelles Jürgen Vormann, de l'Institut allemand pour la prévention et l'alimentation. «Une urine légèrement alcaline favorise l'élimination de l'acide urique.» Le simple fait de remplacer quelques portions de viande par des fruits et des légumes permet déjà de faire légèrement pencher la balance du côté basique. Comme les patients souffrant de goutte aiment généralement beaucoup la viande, un tel changement ne peut se faire du jour au lendemain. On peut donc leur conseiller de restaurer leur équilibre acido-basique naturel à l'aide de mélanges basiques qui contiennent les apports quotidiens recommandés en sels minéraux et citrates. D'autant que la solubilité de l'acide urique dépend beaucoup du pH: plus le liquide ambiant est acide, plus les cristaux se précipitent. Rappelons que ces cristaux ne se forment pas dans le sang, mais dans le tissu conjonctif. Un milieu qui est justement souvent très acide. Enfin, l'hyperacidité freine aussi l'élimination de l'urine par les reins. Ce qui augmente évidemment les risques de goutte.

L'homéopathie

En cas de crise de goutte aiguë, on préconise des médicaments qui agissent sur la symptomatique de la douleur. Soit en général Apis, Belladonna ou Bryonia. Apis, le venin d'abeille, est conseillé quand le membre atteint est gonflé



La peau du poulet est particulièrement riche en purines. Mieux vaut donc ne pas y goûter si l'on souffre de goutte.

et très sensible au toucher. Belladonna, produit à partir de la belladone, s'utilise lorsque une inflammation aiguë s'accompagne de douleurs battantes, pulsatiles. Et Bryonia, extrait de la bryone, agit en cas d'articulations gonflées et d'irritabilité. Différents remèdes conviennent au traitement homéopathique des troubles métaboliques. Discutez avec vos clients pour leur proposer le médicament adéquat.

Les compresses

Notamment à base d'argile ou de séré, les compresses peuvent soulager les inflammations en phase aiguë. Mais attention: en cas d'inflammation aiguë, compresses et enveloppements doivent impérativement être froids! Les cold packs et les douches froides peuvent aussi atténuer les douleurs. A l'inverse, entre les crises, il est conseillé de faire des compresses ou des bains chauds ou encore des séances de sauna.

La phytothérapie

En cas de goutte, on recourt surtout aux plantes médicinales qui stimulent le métabolisme, comme l'ortie ou la dent-de-lion. Urticaria dioica (l'ortie) contient beaucoup de chlorophylle, de sels minéraux, comme la silice et le potassium, et de fer. Grâce à son action diurétique, l'ortie favorise aussi l'élimination et la détoxination de l'organisme via les reins. Elle a fait ses preuves dans le traitement des maladies métaboliques, comme les rhumatismes, la goutte, les allergies et les éruptions cutanées, de même que dans celui des calculs rénaux et de l'anémie. La dent-de-lion (Ta-

raxacum officinale) contient beaucoup de tanins et de potassium. Elle présente donc des propriétés cholérétiques et diurétiques et favorise la détoxination de l'organisme via le foie. Ces deux plantes médicinales stimulent l'élimination de l'acide urique.

Les sels de Schüssler

En cas de crise aiguë, on recourt volontiers aux sels de Schüssler Ferrum phosphoricum (n° 3), Natrium phosphoricum (n° 9) et Silicea (n° 11). Le n° 3 est considéré comme le médicament anti-inflammatoire par excellence. Il mobilise les cellules qui défendent l'organisme et renforce ainsi le système immunitaire en cas d'inflammation (chronique ou aiguë). Le n° 9, lui, a fait ses preuves comme produit neutralisant en cas d'hyperacidité. Il régule l'équilibre acido-basique de l'organisme en liant les acides. Enfin, le n° 11 aide à éliminer les dépôts d'acide urique dans le tissu conjonctif. Une fois la phase aiguë passée, on peut renoncer à Ferrum phosphoricum et se concentrer sur les deux autres sels – que l'on associera éventuellement à Calcium fluoratum (n° 1) et au sel complémentaire Lithium chloratum (n° 16). Ces deux derniers sels stimulent l'élimination de l'acide urique.

La spagyrie

Contre la goutte, la spagyrie préconise Berberis vulgaris (épine vinette), Cardiospermum, Guajacum, Thuja, Solidago et Urtica. L'épine vinette est un médicament en lien avec les reins, les voies urinaires, le foie et la vésicule biliaire. Elle s'utilise donc en cas d'hyperuricémie et contre les calculs biliaires ou rénaux. Le pois de cœur (Cardiospermum) agit sur la peau et les articulations. On l'utilise contre les inflammations articulaires et les maladies cutanées d'origine allergique. Enfin, Thuja agit plus généralement sur les problèmes chroniques. Il favorise la détoxination de l'organisme et participe au «nettoyage» des tissus. Conseillez aussi à vos clients de pratiquer, entre les périodes de crise, des thérapies corporelles qui agissent sur les méridiens pour stimuler l'activité des reins. Soit notamment la réflexologie plantaire, l'acupuncture ou encore le shiatsu. Ils soigneront ainsi leur goutte de moultes façons et augmenteront leurs chances de la dompter.

Sabine Humi / trad: cs

Bon à savoir

Préparez-vous à répondre aux questions de vos clients: la *Tribune du droguiste* du mois de novembre se penche aussi sur les **crises de goutte**.

Sources

- www.internisten-im-netz.de
- www.sge-ssn.ch
- www.rheuma-symptome.com
- www.coffein.ch



Ihre Empfehlung bei Schnupfen Jetzt im Fokus bei Ihren Kunden:

Emser® Nasendusche & Emser Salz®

- lindern typische Schnupfen-Symptome effektiv und ganz natürlich
- lösen feststehenden Schleim
- lassen die Nasenschleimhaut abschwellen
- die unkomplizierte Lösung bei:
 - akuter und chronischer Rhinitis
 - akuter und chronischer Nebenhöhlenentzündung



Die ideale Zusatzempfehlung: Emser® Nasensalbe sensitiv – pflegt die wundte Nase



Attraktive Platzierung im Emser® Modul Ihres Sidroga® Langzeitdisplays

www.emser.ch

Infos zum Emser® Sortiment im Sidroga® Langzeitdisplay. Tel.: 061/8750075

Emser Salz®. (Analysedaten in g/kg: Li⁺ 0,21; Na⁺ 290,9; K⁺ 6,11; Mg²⁺ 0,291; Ca²⁺ 0,016; Mn²⁺ 0,0001; Fe^{2+/3+} 0,003; F⁻ 0,078; Cl⁻ 188,4; Br⁻ 0,202; I⁻ 0,005; NO³⁻ 0,355; SO₄²⁻ 9,24; HCO₃⁻ 474,4; CO₃²⁻ 14,0). **Anwendungsgebiete:** Zur Behandlung von akuten und chronischen katarrhalischen Erkrankungen der Nase und Nasennebenhöhlen, des Rachens, des Kehlkopfes und der Bronchien. **Anwendungsbeschränkungen:** Überempfindlichkeit gegenüber den Inhaltsstoffen, Atemnot bei früheren Inhalationen, bei Schwangerschaft und Stillzeit nach Rücksprache mit dem Arzt/der Ärztin. **Nebenwirkungen:** bei Nasenspülungen im Einzelfall leichtes Nasenbluten, bei Inhalation Reizung mit Atemnot bei sehr empfindlichem Bronchialsystem. Abgabekategorie: D. Sidroga AG; CH-4310 Rheinfelden.

Mailings online gestalten & versenden

So einfach war Werben noch nie: Mit dem online Kreationstool DirectFactory der Schweizerischen Post lassen sich Postkarten und Mailings mit Schokolade im Internet gestalten und per Knopfdruck versenden.



Beliebt bei Absender und Empfänger: Mailings realisiert via DirectFactory.

«DirectFactory zu nutzen, ist wie ein schönes Hobby», beschreibt Yves Kräuchi, Geschäftsführer von Haircare Professionel, seine Erfahrungen. Dank dem benutzerfreundlichen Tool können Unternehmen effizient Angebote bekanntmachen und mit Kunden im Kontakt bleiben.»

Das Magazin «Anthrazit» hat DirectFactory zu einem der 100 nützlichsten E-Shops des Jahres 2010 gekürt.

Einfach und sicher

Mit dem browserbasierten Kreationstool lassen sich Mailings zeitunabhängig kreieren. Weder für das Gestalten, noch für das Einlesen der Adressen sind besondere Kenntnisse notwendig. Die Post lässt die Mailings innerhalb von zwei Werktagen bei einer Partnerdruckerei im Digitaldruckverfahren produzieren und stellt sie dann am gewünschten Datum und zum ausgewählten Tarif zu. René Wichser, Inhaber der Drogerie Weiss in Wil, ist von den Vorteilen überzeugt: «Das Tool ist sehr einfach zu nutzen, zudem ist das Preis-Leistungs-Verhältnis hervorragend.»

Postkartenmailings – ein attraktives Werbemittel

Postkarten transportieren die Botschaft beim ersten Blick und stossen beim Empfänger auf Sympathie, weil sie weder viel Zeit zum Lesen verschlingen, noch Papierberge produzieren. Via DirectFactory lassen sich Mailings im A5-, A6- oder B5-Format, oval, mit Zackenrand, abtrennbaren Gutscheinen oder Antwortcoupons kreieren. Kartenmailings eignen sich besonders gut bei kurzfristigen Aktionen, kurzen Botschaften

und tiefen Budgets, wie zum Beispiel Einladungen zu Beratungs- und Spezialwochen, Bekanntmachung von Promotionen, Sonderangeboten und saisonalen Aktivitäten, Versand von Gutscheinen für Weihnachtsgeschenke usw.

Mailings mit Schokolade – eine feine Sache

Köstliche Premiumschokolade aus 38 Prozent Edelkacao gespickt mit Nusskrokant und ein individuell bedruckter Wickel – das sind die Zutaten für besonders wirkungsvolle Mailings. Neun Tage beansprucht das Herstellen und Verpacken der überraschenden Botschaften. Sie eignen sich, um Kunden für die Treue zu danken, sie zu Events einzuladen oder um sich bei potenziellen Kunden auf sympathische Art in Erinnerung zu rufen. Eines ist sicher: Die süssen Mailings sind garantiert jederzeit und überall willkommen.

Markus Peter, Die Schweizerische Post

www.post.ch/directfactory



Spezialrabatt für Verbandsmitglieder

Der Schweizerische Drogistenverband und die Post bieten Ihnen die Möglichkeit, Postkarten zu Vorzugskonditionen einfach und schnell online zu gestalten:

Mitglieder des Drogistenverbands erhalten auf Postkartenmailings fünf Prozent Rabatt auf den Produktionspreis.

In 6 Schritten zum fertigen Mailing

1. Einloggen unter www.post.ch/directfactory
2. Format auswählen
3. Bilder hochladen und Texte erfassen
4. Adressen hochladen
5. Versandart wählen
6. Mailing per Knopfdruck produzieren und versenden lassen

Sujets à approfondir



Pas si candide!

Maux de tête, fatigue, prise de poids: souvent les clients se sentent mal sans savoir pourquoi. Peut-être à cause d'un champignon microscopique appelé «candida albicans». A l'état normal, cette levure vit sur les muqueuses des organes digestifs, dans la bouche, l'estomac et les intestins sans y causer le moindre trouble. Mais pour diverses raisons, notamment une baisse des défenses immunitaires, elle peut proliférer. Cet ouvrage vous propose un tour d'horizon sur cette maladie invalidante et de nombreux conseils pour la comprendre et la prévenir.

Philippe-Gaston Besson:
«Je me sens mal, mais je ne sais pas pourquoi? La candidose chronique, une maladie méconnue», Jouvence, 2011, ISBN 9782883538528, Fr. 22.–



Invitation à manger autrement

En complément à notre article sur la goutte, vous pouvez encore vous plonger dans cet ouvrage dont le titre aurait aussi pu être... «Entreprenez vos rhumatismes en mangeant!» Jean-Pierre Poinignon, rhumatologue, démontre que quelque soit le type d'arthrose ou de rhumatismes, on peut prévenir ou du moins limiter les problèmes. Il donne la preuve empirique de la nocivité de l'alimentation moderne sur notre santé rhumatologique. En prime, l'exemple de trois matrices extracellulaires encrassées avec leur traduction pathologique.

Jean-Pierre Poinignon:
«Rhumatismes: si votre alimentation était coupable?», François-Xavier de Guibert, 2009, ISBN 978275403596, Fr. 45.–

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

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.

Assumer ses responsabilités

La section argovienne de l'ASD a organisé une table ronde publique pour discuter de la politique de la santé publique.

Mieux vaut prévenir que guérir – la devise n'est pas seulement valable dans le domaine de la santé mais aussi en politique. C'est ainsi que **Maja Fabich-Stutz**, présidente de la section argovienne de l'ASD, a décidé d'organiser avec ses collègues une soirée pour aborder des thèmes de politique et de santé le mardi 20 septembre.

Observer, analyser et agir

Dans son discours d'introduction, **Susanne Hochuli**, directrice de la santé du canton d'Argovie, a félicité les droguistes, notamment parce qu'ils ne sont pas des demandeurs invétérés et qu'ils offrent à la population la possibilité d'assumer elle-même les premiers soins médicaux de manière raisonnable. La conseillère d'Etat a ensuite plaidé pour une utilisation responsable des moyens et médicaments disponibles ainsi que pour un bonus ciblé au gatekeeping. Concrètement, Susanne Hochuli estime que la fonction de triage des pharmacies et des drogueries devrait être renforcée à l'avenir et qu'il faudrait mieux utiliser toutes les possibilités offertes par l'automédication. La responsable du département cantonal de la santé publique et des affaires sociales est aussi persuadée que la politique nationale est sur la bonne voie dans le domaine des soins intégrés, mais elle espère toujours un peu plus de souveraineté sur le plan national.

De la politique médicale...

L'exposé a été suivi d'un passionnant échange d'opinions. Les politiciennes **Christine Egerszegi** (conseillère aux Etats PLR), **Ruth Humbel** (conseillère nationale PDC) et **Barbara Roth** (députée PS argovienne) ainsi que **Martin Bangerter**, président de l'ASD, se sont retrouvés autour de

la table pour discuter de l'évolution du secteur de la santé publique suisse. La discussion a été animée par **Heinrich Gasser**, responsable communication et médias à l'ASD. Christine Egerszegi s'est d'emblée prononcée en faveur du projet des soins intégrés: «Ceux qui veulent pouvoir conserver le libre choix de leur médecin traitant devront payer plus cher à l'avenir.» Elle espère que le Conseil national arrivera à un compromis dans le domaine – ce qu'il a effectivement fait entretemps. Ruth Humbel est aussi pour restreindre l'accès aux prestations des caisses-maladie. Elle propose de relever les limites dans le domaine des maladies bénignes (gripes, refroidissements, etc.), autrement dit de transférer plus de responsabilités aux consommateurs et de moins puiser dans les comptes des prestations obligatoires. Et Barbara Roth d'abonder dans ce sens. Selon elle, les solutions résident dans des changements de société et les carences du système de santé actuel sont essentiellement dues au fait que l'on ne se transmet plus les recettes maison de génération en génération. Les trois politiciennes considèrent donc que la solution consiste à plus responsabiliser les assurés et les assureurs. Martin Bangerter est aussi de leur avis. Il espère cependant que la politique ne s'occupera pas seulement des domaines de la santé qui engendrent des coûts mais qu'elle inclura dans ses réflexions et stratégies tous les intervenants du milieu de la santé, à savoir aussi ceux qui financent eux-mêmes leurs prestations et qui préviennent l'explosion des coûts. Les politiciennes se sont très fortement engagées pour la remise strictement réglementée des médicaments. En particulier pour garantir que les patients puissent s'adresser à des interlocuteurs compé-

tents s'ils ont des questions ou besoin de précisions concernant d'éventuelles interactions et aussi pour éviter que des erreurs lors de la prise des médicaments n'engendrent encore des frais supplémentaires à charge de la santé publique. Les intervenantes excluent d'emblée que des produits médicaux puissent par exemple être vendus par les kiosques ou les grands distributeurs.

... aux compresses de pommes de terre

En revanche, elles ne sont pas du même avis en ce qui concerne les médecins qui pratiquent la propharmacie. Si Ruth Humbel est pour cette pratique – sous réserve que le médecin n'y gagne rien –, Barbara Roth trouve qu'il faut respecter le principe suivant: celui qui prescrit ne vend pas. Les politiciennes ont également des positions différentes en ce qui concerne la médecine complémentaire – même si toutes y recourent volontiers. Comme Christine Egerszegi qui confie utiliser les compresses de pommes de terre. Ruth Humbel n'aimerait pas que ces prestations soient aussi remboursées. A moins d'être fournies par un médecin bénéficiant d'une formation continue en la matière ou par un thérapeute pratiquant d'entente avec le médecin de famille. Une chose est sûre – comme d'ailleurs déjà dans l'initiative sur les médecines complémentaires à laquelle l'ASD a participé: seuls des professionnels au bénéfice d'une formation ad hoc et dûment documentée doivent pouvoir fournir des prestations remboursées par les caisses-maladie et remettre des médicaments. Ce qui finalement est exactement dans l'esprit de la droguerie.

Flavia Kunz /trad: cs



- 1 Ruth Humbel répond sans détour à la question de Heinrich Gasser. A son avis, assurés et assureurs devraient être plus impliqués dans le domaine de la santé.
- 2 Ceux qui veulent pouvoir choisir librement leur médecin devraient payer plus cher à l'avenir. C'est la position défendue par Christine Egerszegi (à dr.), ici aux côtés de Barbara Roth.
- 3&4 Le public suit attentivement la discussion et profite ensuite de la possibilité qui lui est donnée de poser directement des questions aux politiciennes.
- 5 La directrice de la santé, Susanne Hochuli (au centre) et la présidente de la section, Maja Fabich (à dr.), en discussion avec Heinrich Gasser.
- 6 Réunis autour de la table ronde (de g. à dr.): Martin Bangerter, Ruth Humbel, Heinrich Gasser, Barbara Roth et Christine Egerszegi.

BIEN EMMITOUFLÉ POUR L'HIVER



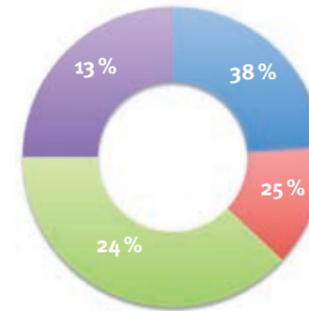
Profitez des belles journées d'hiver pour sortir au grand air et rester en pleine forme. Notre site vitagate.ch vous explique comment prévenir les maladies et quels médicaments non soumis à ordonnance vous pouvez prendre en automédication pour vous soulager en cas de troubles bénins.

vitagate.ch
Un clic quotidien pour votre santé.

Sondage en ligne

Résultats du dernier sondage:

Comment gérez-vous les réclamations des clients dans votre droguerie?



- 24 % Nous avons un règlement et toute l'équipe le respecte.
- 13 % Nous avons certes un règlement, mais personne ne s'y tient.
- 38 % Les réclamations sont systématiquement transmises au chef.
- 25 % Chacun agit de manière autonome, comme ça l'arrange.

Nouveau sondage:

Où recherchez-vous des informations relatives à l'utilisation de médicaments?

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)

Körperfreundliches EXPRESS Magnesium

Unterstützt die Muskelfunktion

Das neue Direktgranulat mit Magnesiumcitrat wie es als Baustein im Körper vorkommt.

- Schnell. Stark. Direkt.
- Natürlich ohne Zucker und ohne künstliche Süß- und Farbstoffe
- Nur 1x täglich

Erhältlich in Apotheken und Drogerien.



NEU:
Löst sich im Mund ganz ohne Wasser auf



Auch als Brausetablette erhältlich



DG
DOETSCH GREYER AG • BASEL

www.diasporal.ch

Des changements indispensables

Le pipe-line déborde et le patron ne rajeunit pas. Après une quarantaine d'années axées sur la tradition, le plus grand fabricant de remèdes spagyriques disponibles en droguerie s'apprête à procéder à quelques changements.

Traugott Steger, en créant le système Heidak, vous avez en quelque sorte introduit la spagyrie en droguerie. Comment cette idée vous est-elle venue?

Traugott Steger: Je voulais que le client puisse assister à la préparation de son mélange de thé. Je pouvais ainsi lui transmettre des informations sur l'utilisation et les indications des différentes plantes médicinales. Cette «préparation personnelle» le motivait ensuite à boire vraiment son thé. C'est ainsi que j'ai commencé à faire des expériences dans mon officine, afin de trouver un processus de préparation qui soit le plus fluide et sans heurt possible. C'est de cette idée qu'est né le système Heidak en 1975.

Quel est le préjugé le plus fréquent auquel vous êtes confronté concernant la spagyrie ?

Que tout cela n'est qu'une histoire d'effet placebo. Si tel était le cas, l'utilisation de nos essences auprès de jeunes enfants et d'animaux n'aurait aucun résultat.

Vous vous êtes engagé des années durant sur le plan politique. Quelle a été votre expérience la plus positive?

Une de mes plus belles tâches a été mon mandat au comité de l'Association suisse pour les médicaments de la médecine complémentaire (ASMC). C'était très intéressant d'accompagner la gestation de la nouvelle législation et d'obtenir des changements. Par exemple concernant les spécialités maison – nous avons pu obtenir l'autorisation de la remise immédiate et de la création de réserves.

Que faut-il pour réussir à se maintenir sur la scène politique?

Il faut être ferme et persévérant et parfois même un peu obstiné. Surtout, il ne faut jamais renoncer et toujours rechercher le dialogue ou les conseils juridiques au besoin. Il faut avant tout être soi-même convaincu de la cause

qu'on défend et bien connaître les lois et la jurisprudence, tout en étant prêt à se battre pour ce droit.

Il y a quelques années, vous avez développé un nouveau concept de formation. S'est-il avéré efficace?

La formation continue et le perfectionnement sont très demandés à tous les niveaux et suscitent un grand intérêt. Nos nouveaux séminaires tombaient aussi à point nommé, puisqu'ils coïncidaient avec l'introduction de la formation initiale obligatoire.

Vous proposez depuis plusieurs années la même palette de remèdes spagyriques. Est-ce encore suffisant pour survivre dans un marché en pleine évolution?

Ces dernières années, nous avons élargi notre assortiment d'essences spagyriques avec de nombreuses nouveautés dans le domaine de l'aroma-spagyrie et de la spagyrie minérale. La demande continue de croître. Mais nous ne nous reposons pas pour autant sur nos lauriers: nous nous adaptons continuellement au marché et développons notre palette de produits.

Vous prévoyez donc un grand chambardement avant de remettre votre entreprise?

Ce n'est pas mon style et ce n'est pas non plus dans l'esprit de la spagyrie. Je dispose d'une très bonne équipe, qui me décharge des affaires courantes et me permet ainsi de me consacrer aux tâches stratégiques. Grâce à cette équipe, je peux garantir aux partenaires de Heidak que l'idée fabriquer des spécialités maison continue à être développée et actualisée en permanence. Les questions légales et les relations avec les autorités ont été déclarées de mon ressort et je continuerai de m'en occuper. Une cession ultérieure des deux entreprises Heidak et Spagyrik Produk-



Corinne Futterlieb

Portrait

Traugott Steger a repris la droguerie de son père à Emmenbrücke en 1973. Une année plus tard, il réalisait ses premières expériences avec la spagyrie. En 1975, comme il se sentait à l'étroit dans sa droguerie, ce spécialiste de spagyrie développa le système Heidak. En 1981, ses deux engagements devenant difficilement conciliables, Traugott Steger confia la gestion de sa droguerie, aujourd'hui fermée, à un autre droguiste. Aujourd'hui, la famille Steger est l'unique actionnaire de Heidak. Durant ses loisirs, ce père de deux enfants adultes aime faire du sport et voyager. Il séjourne aussi volontiers dans sa maison de vacances en Espagne.



«Il faudrait moins de bureaucratie et plus de responsabilisation personnelle.»

tions SA est une démarche que j'envisage dans les années à venir, pour autant que je sois certain qu'elle préserve les acquis et que les synergies possibles soient favorables aux partenaires Heidak.

Qu'allez-vous commercialiser prochainement?

En ce qui concerne les spécialités maison, nous retournons aux sources. Les découvertes récentes sur les effets des plantes médicinales et la fabrication de teintures mère selon la pharmacopée allemande (HAB) nous ont incité à promouvoir à nouveau davantage ces deux formes galéniques, qui seront intégrées dans la prochaine version du système Heilog. Et les 15 nouveaux produits finis que nous avons déposés auprès de Swissmedic seront sans doute aptes à compenser quelque peu les freins bureaucratiques qui nous désavantagent sur le marché dans certains cantons.

Ne faites-vous plus confiance à l'efficacité de la spagyrie?

Ce n'est pas une question de confiance. Les essences spagyriques sont un excellent outil, qui a fait ses preuves dans le domaine de l'automédication. Avec les herbes médicinales, les teintures mère selon l'HAB et les dilutions homéopathiques D, nous renforçons et élargissons le choix des spécialités maison à l'intention de nos partenaires. Grâce à ce système complet, ils peuvent encore mieux se profiler et développer leurs relations à la clientèle.

Comment les drogueries devraient-elles évoluer dans le marché?

Pour moi, la droguerie est le lieu de triage par excellence. En effet, grâce à son excellente formation, le droguiste connaît très bien les offres disponibles dans le domaine de la santé et il peut soigner immédiatement ses clients de manière efficace ou, si besoin, les diriger vers les services compétents. Le marché évolue plus vite aujourd'hui que

dans le passé. Les grands distributeurs proposent de plus en plus de produits de soins et de santé. Pour survivre, les droguistes doivent donc impérativement se profiler clairement et durablement, démontrer leurs excellentes capacités de conseil et s'affirmer avec des produits spécifiques au commerce spécialisé.

Qu'est-ce qui vous inquiète dans la branche?

D'une part, la diminution du nombre des drogueries, et d'autre part la régulation croissante. Je trouverais notamment judicieux que les visites des drogueries soient effectuées par des collègues de la profession, ou en duo, avec le pharmacien cantonal. Car les importantes charges bureaucratiques ordonnées par les autorités privent le droguiste d'un temps précieux qu'il ne peut donc pas consacrer à l'essentiel, à savoir le conseil et la vente en droguerie. Donc: moins de bureaucratie et plus de responsabilisation personnelle.

A votre avis, comment le commerce spécialisé devra-t-il réagir?

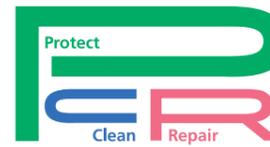
Il devra se profiler clairement et assumer la responsabilité qui en découle car les temps où il représentait une sorte de fief sont définitivement révolus. Concrètement, cela signifie notamment que les drogueries doivent systématiquement appliquer les mesures SAQ, exigées par la loi, et donc honorer leur devoir de vigilance. J'ai confiance, car j'ai l'impression que l'école supérieure de Neuchâtel forme une bonne relève. D'ailleurs, bien des choses qui semblent compliquées aux anciennes générations paraissent évidentes à ces jeunes gens motivés.

Flavia Kunz /trad: cs

Heidak SA

HEilung DAnk Kräutern (soigner grâce aux plantes), voilà l'origine du nom Heidak. Cette entreprise spécialisée dans la fabrication de remèdes homéopathiques a été fondée en 1975 par Traugott Steger. Puis Spagyrik Produktions SA a vu le jour en 2003, avec la reprise de Spagomed, de Berthoud (BE). Actuellement, le siège de l'entreprise et les locaux de formation sont situés à Emmenbrücke tandis que la production se fait à Berthoud. Au total, Heidak emploie 23 collaborateurs, dont 7 à Berthoud et 7 intervenants indépendants. Heidak compte 530 partenaires en Suisse et 20 en Autriche.

Chaque année, l'entreprise organise environ 45 cours de formation continue qui rassemblent plus de 2000 personnes issues du commerce spécialisé. Le chiffre d'affaires réalisé avec les remèdes spagyriques représente environ 75 % de son chiffre d'affaires total; les herbes médicinales et les teintures mères selon l'HAB représentent 10 à 15 % et le reste provient d'autres assortiments, comme celui des soins corporels.



**Spezialpreis!
Hautschutz und
-pflege Duo
Protect/Repair
(solange Vorrat)**

**Das Excipial
Hautschutzkonzept
für arbeitende Hände.**



Erhältlich in Apotheken und Drogerien.

Spirig Pharma AG, CH-4622 Egerkingen, www.spirig.ch

Innovation for skin and health



0811



Seeblick

Fachkurhaus und
Ausbildungszentrum

1991 - 2011

www.seeblick-berlingen.ch

seit
20 Jahren
erfolgreich

Übergewicht, Bluthochdruck, hohes Cholesterin, Diabetes, Stress?



Dr. med. Padia Rasch, Leitende Ärztin Fachkurhaus Seeblick:

«Die Teilnehmer der Kurwochen lernen, die speziell für sie entwickelten Konzepte in die Praxis umzusetzen. Wir sind spezialisiert auf die ursächliche und komplementärmedizinische Behandlung von Stoffwechselstörungen. Dabei handelt es sich vor allem um Übergewicht, Diabetes, Herz-Kreislaufkrankungen, Blutdruckstörungen, funktionellen Magen-Darm-Störungen und deren Folgen.»

Weg mit überflüssigen Kilos

Entgiften und vitalisieren Sie Ihren Körper. In einer Vitalkur- und Kurswoche wird Ihnen gezeigt, wie Sie dank der EPD-Ernährungstherapie erwähnte Probleme lösen. Informationen zu EPD finden Sie auf www.epd-ernaehrungsprogramm.ch. Sie erzielen schon nach kurzer Zeit überzeugende Fortschritte.

Ziele der Stoffwechseltherapie

- rasch & gesund Depotfett abbauen.
- Cholesterinwerte reduzieren.
- Körper entgiften & vitalisieren.
- körpereigene Abwehrkräfte stärken.
- dauerhafte Erfolge erzielen.

Spezial-Angebot

Die siebentägige **Intensiv-Vitalkur- und Kurswoche** oder ein mehrwöchiger Kuraufenthalt im spezialisierten Fachkurhaus Seeblick ist der Anfang zu einer ausgezeichneten Gesundheit.

Spezialpreis ab **Fr. 998.-** (im DZ) statt Fr. 1'242.- inkl. Verpflegung, Kurse & Unterlagen, Benutzung Whirlpool, Tepidarium usw. (diverse Therapien und Massagen im Haus).

Buchen Sie jetzt Ihre Vitalkur- und Kurswoche.

Das Fachkurhaus ist jede Woche offen. (Ausnahme: 17.-23.12.2011)

bitte senden Sie mir Ihre unverbindlichen Seeblick-Unterlagen zu.

Name _____
Adresse _____
Telefon _____
eMail _____

Fachkurhaus Seeblick | 8267 Berlingen
Tel. 052 762 00 70 oder 071 666 83 40
www.seeblick-berlingen.ch



Imbiex

L'Arbre Vert, écologique et sans allergène: plus de 40 produits de nettoyage et d'hygiène composent cette gamme écologique certifiée par l'Ecolabel et allant au-delà. Ils sont aussi sans substances allergènes reconnues ni symbole de danger. www.arbrevert.ch. Vous êtes intéressé? Envoyez-nous un e-mail avec vos coordonnées et vous recevrez gratuitement des produits et des informations. info@imbiex.ch



Doetsch Grether SA

OMEGA-life® – une fois par jour pour la vie. OMEGA-life® contient de précieux acides gras AEP & ADH que l'organisme ne peut synthétiser lui-même. Ils sont indispensables au bon développement de l'organisme, contribuent au maintien de la santé et renforcent la vitalité. Une capsule d'OMEGA-life® suffit à couvrir les besoins journaliers. Disponible en pharmacies, drogueries et magasins diététiques. www.omega-life.ch



Piniol

Inhalateur Pinimenthol®, huile pour inhalation, capsules pour inhalation et bain chauffant: lors d'affections respiratoires telles que la grippe, le rhume, la toux et le catarrhe, le traitement par inhalation fluidifie et dissout les sécrétions denses qui encombrant le nez, les sinus et les bronches. Un bain chauffant a un effet bienfaisant. De cette façon, les huiles essentielles peuvent être absorbées à la fois par les voies respiratoires et par la peau. Avec les produits de Pinimenthol®, vous disposez de la solution la plus appropriée.



Spirig

Nouveau! Excipial Repair® sensitive, désormais sans parfum, soigne et régénère les mains sensibles et abîmées. Application le soir ou après le travail. Utilisation en journée en complément d'Excipial Protect®, crème protectrice pour les mains, et d'Excipial Clean®, nettoyant doux pour les mains.



Rausch SA

De plus en plus de personnes souffrent d'un cuir chevelu irrité et de cheveux fins, sans force. Le spécialiste suisse des plantes remédie à ces problèmes fréquents avec une ligne de soins innovante et douce à base de cardiosperme merveilleux, aussi appelé pois de cœur: un shampooing hypoallergénique apaisant les irritations, à base de produits naturels, et un baume coordonné. Les deux produits portent le label de qualité aha! de Service Allergie Suisse. www.rausch.ch



B'Onaturis

En quelques années, l'huile de krill NKO contenue dans Novakrill est devenue un must en matière d'apport en oméga-3. Nous avons décidé d'aller plus loin et de créer NOVAKRILL D3, de l'huile de krill NKO enrichie en vitamine D3. Son action combinée sur les cellules rétiniennes, les cellules du cerveau et sur la santé des os fait de NOVAKRILL D3 le complément alimentaire naturel spécialement adapté aux personnes de plus de 50 ans. www.bionaturis.ch



Melisana SA

Les nouveaux partenaires d'entraînement de Dul-X: Dul-X Gel Sport Warm-up contribue à l'échauffement des muscles avant le sport et augmente le tonus musculaire. Un bon échauffement réduit le risque de blessure. Ce gel transparent pénètre rapidement. DUL-X Gel Sport RELAX détend, assouplit et favorise la régénération après le sport. Il soulage les douleurs et prévient les courbatures. www.dul-x.ch



Spagyros

Le programme de fitness du système immunitaire: Spagymun – la nouveauté de Spagyros. Le secret de l'efficacité de Spagymun réside dans l'effet synergique des teintures-mère d'Echinacea purpurea et d'Echinacea angustifolia ainsi que de l'Eupatorium perfoliatum (teinture-mère et essence spagyrique). www.spagyros.ch

Piqûre de rappel sur le millepertuis

Le millepertuis, en tant que produit phytothérapeutique, n'était plus disponible en droguerie depuis 2002. Désormais, la plante est de retour dans la liste D – avec une concentration réduite en hyperforine, ce qui devrait réduire son «potentiel de dangerosité». L'occasion d'une petite remise à jour sur ses effets, effets secondaires et autres interactions.

Le millepertuis, plante médicinale, s'est forgé une solide réputation ces dernières années en raison de ses effets antidépresseurs. Ses effets sur l'humeur correspondent à ceux des médicaments de synthèse avec l'indication dépression légère à modérée. Si ses effets sont similaires, le millepertuis est en revanche beaucoup mieux toléré que les médicaments de synthèse. A relever cependant que les deux formes d'antidépresseurs peuvent provoquer des interactions avec d'autres médicaments qui ne sont pas à négliger. Il est donc indispensable de bien les connaître pour pouvoir dispenser des conseils compétents.

Le millepertuis en pharmacologie

Selon la classification classique, le millepertuis perforé utilisé comme plante médicinale est appelé *Hypericum perforatum* L. et fait partie de la famille des Hypéricacées. On a longtemps considéré que ses principaux composés actifs étaient les tanins et les flavonoïdes. Mais il ressort d'études récentes qu'il contient également beaucoup d'autres molécules actives importantes.

Les composés

Parmi ses composés actifs figurent 0,1 à 0,3 % de naphthodianthrones, en particulier l'hypericine – selon la Ph.Eur., il faut au moins une teneur de 0,08 % d'hypericine totale pour obtenir un effet pharmacologique. Les principaux représentants des naphthodianthrones sont l'hypericine et la pseudohypericine; d'autres représentants secondaires sont les dérivés de la protohypericine. Autres constituants importants, avec 0,2 à 0,4 %: les dérivés du phloroglucinol, principalement l'hyperforine. Sans oublier 2 à 4 % de flavonoïdes, de biflavones, comme les amentoflavones, 6 à 15 % de catéchines ainsi que de petites quantités de xanthones et 0,03 à 1,93 % d'huiles essentielles – dont les principaux composants sont les β -caryophyles.

Diverses études scientifiques ont démontré que ce n'est pas seulement l'hypericine qui est responsable des effets sur le SNC mais que les flavonoïdes (rutine), l'hyperforine (dérivée du phloroglucinol) et les xanthones (en discussion) participent aussi à l'effet antidépresseur.

Les mécanismes d'action multifactoriels expliquent le large champ d'action sur le SNC avec les effets pharmacologiques qui s'ensuivent:

- **Augmentation du nombre des neurotransmetteurs:** l'extrait global inhibe la catéchol-O-méthyltransférase, qui catalyse les neurotransmetteurs dans la fente synaptique. Pharmacologiquement, cela provoque une augmentation des neurotransmetteurs.
- **Augmentation du métabolisme énergétique:** l'extrait global favorise et renforce l'utilisation de la lumière. Ce qui d'une part peut avoir un effet indésirable de photosensibilisation chez les personnes sensibles à la lumière. Et qui d'autre part peut, dans le sens physiologicothérapeutique, amener à une augmentation du métabolisme énergétique du corps.
- **Diminution des symptômes du stress:** la diminution des sécrétions d'hormones du stress que sont le cortisol et la prolactine provoque une diminution marquante des symptômes de stress ressentis individuellement.

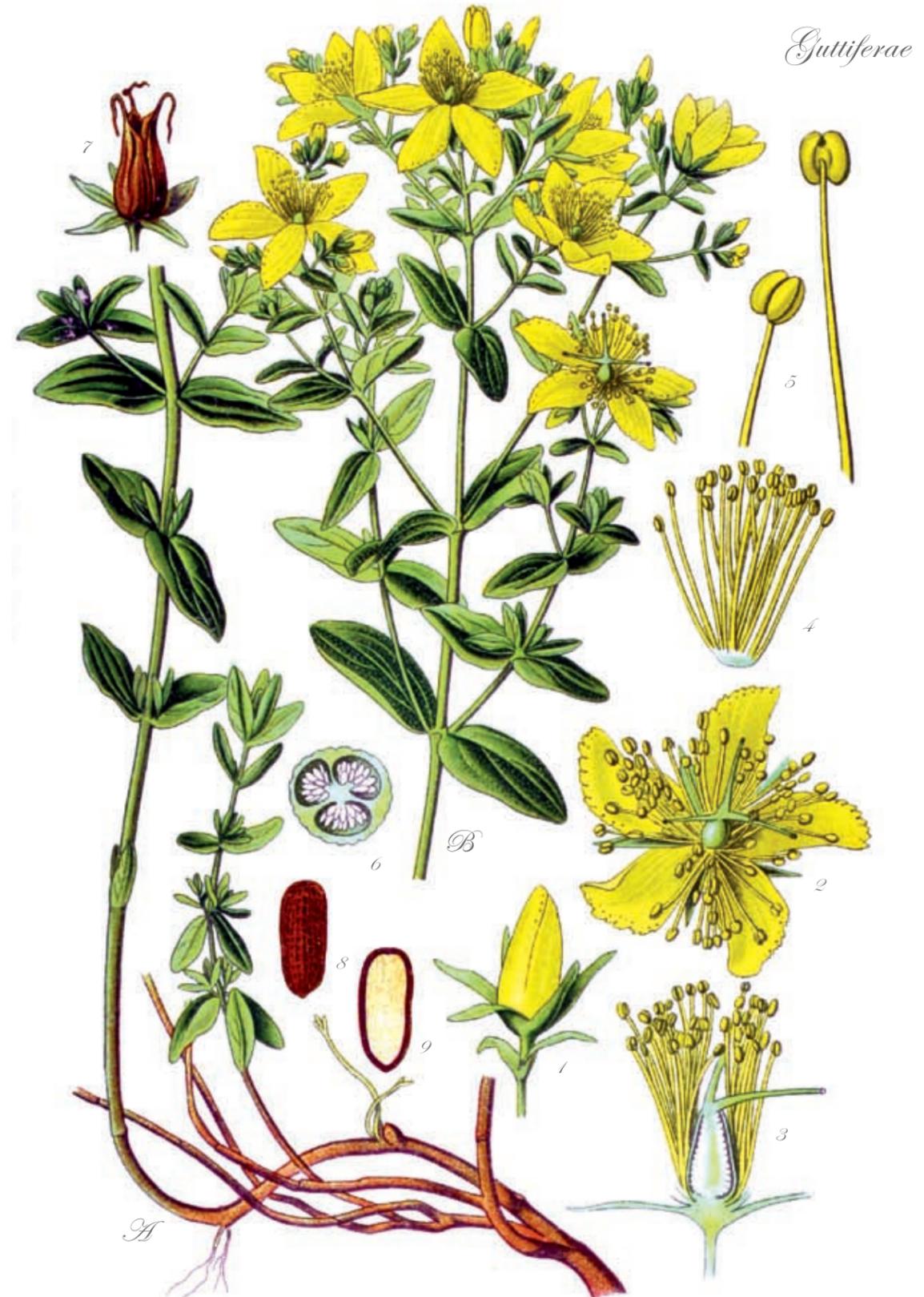
Rappel: en situation de stress, le corps sécrète du cortisol afin de surmonter les exigences accrues auxquelles il est soumis. Le stress provoque aussi une augmentation du taux de prolactine, laquelle réduit la sécrétion hormonale dans les ovaires et diminue donc significativement la probabilité de fécondation.

En situation de stress aigu, ces deux réactions du corps sont vitales. Mais une élévation chronique du taux de ces deux hormones du stress surmène l'organisme, ce surmenage étant un facteur susceptible d'induire une humeur dépressive.

Les composants scientifiquement documentés produisent dans leur globalité les effets pharmacologiques suivants

Interne: antidépresseur, sédatif, anxiolytique

Externe: antiphlogistique, cicatrisant, hyperémiant, antibactérien, antiviral



W.T. Hypericum perforatum L Millepertuis.

- | | | | |
|----------------------------|--|------------|------------------------------------|
| <i>A</i> Racine/rhizome | 1 fleur fermée (bouton) | 4 pistils | 7 capsule de graines |
| <i>B</i> Pousse avec fleur | 2 fleur épanouie avec pétales | 5 stigmate | 8 noyau |
| | 3 Coupe transversale: ovaire et pistil | 6 ovules | 9 coupe du noyau avec les semences |

- › **Inhibe la recapture des neurotransmetteurs:** l'inhibition de la recapture de la sérotonine, de la dopamine, de la noradrénaline, des acides γ -aminobutyrique et L-glutamate par l'hyperforine a des effets positifs sur l'humeur, anxiolytiques et calmants.
- › **Régulation des récepteurs:** la régulation postsynaptique des récepteurs β -adrénergiques ramène le système nerveux sympathique à un niveau normal. Cela normalise le rythme cardiaque, détend la musculature lisse (tube digestif) si elle est contractée et tonifie les muscles (voies respiratoires, utérus) s'ils sont trop relâchés.

ques rares cas de troubles gastro-intestinaux, de réactions allergiques au niveau de la peau ainsi que de fatigue et de nervosité. Mais ces deux dernières manifestations sont généralement dues à un mauvais dosage ou à des erreurs lors de la prise. Très rarement, des personnes à la peau claire souffrant d'hypersensibilité à la lumière peuvent réagir par des réactions allergiques cutanées lorsqu'elles s'exposent fortement au soleil en même temps qu'elles suivent un traitement à base de millepertuis.

La prise simultanée d'un extrait sec standardisé de millepertuis avec un médicament de synthèse peut augmenter le système enzymatique du cytochrome P450, en particulier du CYP3A4, et modifier l'efficacité des médicaments (voir ci-dessous).

Christine Funke / trad: cs

Effets secondaires indésirables

Malgré son large champ d'action sur le SNC, l'*Hypericum perforatum* n'a pratiquement pas d'effets secondaires indésirables et est généralement bien toléré. On note quel-

Interactions possibles

La prise simultanée d'un extrait sec standardisé de millepertuis avec un médicament de synthèse peut augmenter le système enzymatique du cytochrome P450, en particulier du CYP3A4, et modifier comme suit l'efficacité des médicaments:

Extrait sec standardisé de millepertuis comme inducteur enzymatique	Effet pharmacologique	Indications pour le conseil en droguerie
Contraceptif oral Ethinyl estradiol	– Diminue la concentration plasmatique du contraceptif oral – Diminue la protection contre une éventuelle grossesse – Augmente les saignements entre les menstruations (métrorragie)	Préservatif pour compléter la protection
Anticoagulants du type coumarinique	– Diminue la concentration plasmatique des anticoagulants du type coumarinique – Diminue la circulation sanguine dans les artères coronaires	Ne pas remettre d'extrait sec de millepertuis; renvoyer au médecin
Anti-épileptique	– Augmentation de la concentration plasmatique du médicament anti-épileptique – Augmentation des crises d'épilepsie	Ne pas remettre d'extrait sec de millepertuis; renvoyer au médecin
Ciclosporine, tacrolimus (immunosuppresseurs)	– Augmente les risques de rejet d'organe chez les personnes transplantées – Augmente la réponse auto-immunitaire chez les personnes souffrant de problèmes auto-immunitaires	Ne pas remettre d'extrait sec de millepertuis; renvoyer au médecin
Digoxine	– Diminue la résorption de la digoxine – Diminue la force de contraction du muscle cardiaque	Ne pas remettre d'extrait sec de millepertuis; renvoyer au médecin
Médicaments contre le VIH (Indinavir, inhibiteurs de la protéase) Substances cytostatiques	– Augmente la réponse auto-immunitaire – Diminue la protection contre le VIH – Eché thérapeutique	Ne pas remettre d'extrait sec de millepertuis; renvoyer au médecin
Antidépresseurs avec substances sérotoninergiques	Une libération excessive de sérotonine provoque un syndrome sérotoninergique: nausées, vomissements, vertiges pouvant aller jusqu'aux hallucinations, transpiration, tachycardie, diarrhée	Ne pas remettre d'extrait sec de millepertuis; renvoyer au médecin

Le millepertuis en usage interne

Pour limiter au maximum les effets secondaires indésirables, il faut que la forme galénique corresponde le plus exactement possible à l'indication:

Indications	Forme galénique	Dosage	Durée du traitement
Dépression modérée	Extrait sec	900 mg d'extrait sec par jour	Au moins 3 mois car l'effet positif sur l'humeur ne se manifeste qu'après 2 à 4 semaines de traitement. <i>Important:</i> c'est pendant la phase qui précède le début des effets positifs que les risques de suicide sont les plus élevés. Un soutien psychologique est donc indispensable!
Dépression légère, déprime, anxiété	Extrait sec	300 à 600 mg d'extrait sec par jour	

On considère actuellement que la valeur (dose) seuil pour obtenir un effet antidépresseur est de 300 mg d'extrait sec d'hypericine totale par jour.

Les préparations comme les tisanes, les teintures-mère, les teintures contiennent moins de 300 mg d'hypericine totale et ne produisent pas d'effets antidépresseurs pharmacologiquement prouvés sur le plan des effets chimiques. En revanche, sur le plan physiologique, on constate une meilleure prise de conscience du corps. Avantage de ces formes de médicaments: ils ne provoquent pas d'interaction avec d'autres médicaments.

Sédatif, calme les tensions nerveuses	Tisane	2 à 4 g dans 200 ml d'eau/ laisser infuser 5 à 10 min.	Prendre 3 x par jour 1 à 2 tasse pendant 6 semaines
	Teinture-mère, teinture	3 x par jour 20 à 30 gouttes	
<i>Remarque:</i> effet antidépresseur en fonction du degré de conscience de la perception du corps			

Les médicaments avec des substances subtiles ont également des effets subtilement perceptibles.
Condition: perception consciente du corps et conscience de sa santé; *Avantage:* pas de grossières interactions chimiques

En fonction de l'état de conscience et de santé: champ d'action individuel pouvant aller de calmant à anxiolytique, de décontractant à antidépresseur, ou anti-névralgique	Teintures-mère homéopathiques	1 à 3 x par jour 1 à 3 gouttes	En fonction des problèmes de santé: de 6 semaines à 3 ou 6 mois, puis pause (fenêtre thérapeutique) pour que le corps puisse stabiliser son nouvel état de santé sans aide extérieure
	Spagyrie	2 à 3 x 2 à 3 vaporisations	
	Homéopathie	en fonction de la dynamisation	

Le millepertuis en usage externe

Indications	Forme galénique	Dosage	Durée du traitement
Brûlures au 1^{er} degré, névralgies, douleurs fantômes, myalgies, plaies qui peinent à cicatriser, traitement des cicatrices	Huile, pommade	Appliquer 3 x par jour sur la zone concernée et masser pour faire pénétrer	3 à 6 semaines

Bon à savoir

Préparez-vous à répondre aux questions de vos clients: la *Tribune du droguiste* du mois de novembre se penche aussi sur les vertus du millepertuis.

Sources

Leitfaden Phytotherapie, H.Schilcher, S.Kammerer, T.Wegener, Verlag Urban & Fischer, 4^e édition, juin 2010



fotolia.de



remotiv® 250 zurück in der Drogerie

Swissmedic hat 2001 alle zugelassenen Johanniskrautpräparate von der Liste D in die Liste C umgeteilt. Dadurch ging für die Schweizer Drogerien ein wichtiger Pharma-Teilmarkt für die Selbstmedikation verloren. Einzig spagyrische und homöopathische Mittel auf Johanniskrautbasis, für welche allerdings keine anerkannten Wirksamkeitsnachweise existieren, standen den Drogerien noch zur Verfügung. Die damalige Listenumteilung erfolgte aufgrund von Berichten über Wechselwirkungen zwischen Johanniskrautprodukten und anderen Medikamenten (z.B. Johanniskraut und hormonelle Kontrazeptiva).

Zeller AG wollte im Interesse der evidenzbasierten Phytotherapie und der Drogerien diesen Zustand nicht einfach hinnehmen. In einem zeit- und kostenaufwändigen, mehrjährigen Prozess forschte Zeller am Wirkmechanismus, sowie am Mechanismus der Wechselwirkungen. Heute ist bekannt, dass je geringer der Hyperforingehalt ist, desto tiefer ist das Interaktionspotential.

Zeller konnte gegenüber der Swissmedic den Nachweis führen, dass im Vergleich zu anderen Johanniskraut-

präparaten der Liste C und B der Zeller Johanniskraut-Spezialextrakt Ze 117, über die gleiche Wirksamkeit, jedoch aufgrund seines geringen Hyperforingehaltes über ein wesentlich tieferes Interaktionspotential verfügt. Zeller remotiv® 250 wurde deshalb als einziges evidenzbasiertes Johanniskrautpräparat in die Liste D eingestuft. Für die Drogerie ergibt sich mit dieser Bewilligung die Chance, einen verlorenen Markt zurückzugewinnen. Es steht der Drogerie mit remotiv® 250 wieder ein klinisch geprüftes Präparat im Handverkauf zur Verfügung, welches positiv auf das psychische Befinden des Patienten einwirken kann.

Wie gewährleistet Zeller eine gleichbleibende Qualität des Extraktes in remotiv® 250?

Für den Zeller Johanniskraut-Spezialextrakt Ze 117 wird nur Johanniskraut aus kontrolliertem Anbau verarbeitet. Saatgut, Anbau, Ernte, Extraktion und Produktion werden nicht, wie in vielen anderen Unternehmungen, einfach nur überwacht, sondern liegen vollumfänglich in den Händen von Zeller. Zeller forscht mit seiner Tochterfirma Vitaplant AG auch weiterhin an weiteren agronomischen Optimierungen seiner Heilpflanzen.

Mit Johanniskraut

- 2 x 1 dosiert
- hyperforinarm = risikoarm für Arzneimittel-Interaktionen
- Dreifach-Wirkung durch die Hemmung der Wiederaufnahme von Noradrenalin, Dopamin und Serotonin

remotiv® 250 hilft bei:

- gedrückter Stimmung
- Stimmungs labilität
- innerer Unruhe
- Ängstlichkeit
- Spannungszuständen und damit einhergehenden Ein- und Durchschlafstörungen

Dosierung:

Erwachsene je 1 Filmtablette morgens und abends mit etwas Flüssigkeit einnehmen

Zusammensetzung:

250 mg Johanniskrautextrakt

Packungsgrösse:

30 Filmtabletten



Was ist der Unterschied von remotiv® 250 Liste D zu remotiv® 500 Liste C?

Die grösste Differenzierung liegt in der Behandlungsdauer. remotiv® 500 ist für eine Therapiedauer von sechs Wochen erlaubt. Auch sind die Dosierungsempfehlungen von 2 x 1 täglich bzw. 1 x 1 täglich unterschiedlich. Der Johanniskrautspezialextrakt und die Tagesdosis von 500 mg sind jedoch bei beiden Präparaten gleich.

remotiv® 250 – das Stärkungsmittel für die Psyche

Psychische Beschwerden wie Verstimmungszustände, Stimmungs labilität, Sorgen und Ängste sind nach wie vor Tabu-Themen. Betroffene sprechen ungern darüber. Sie verstecken das eigentliche Problem lieber und sprechen vielfach von uncharakteristischen, körperlichen Beschwerden.

Ihre kompetente Beratung ist jetzt besonders gefragt!

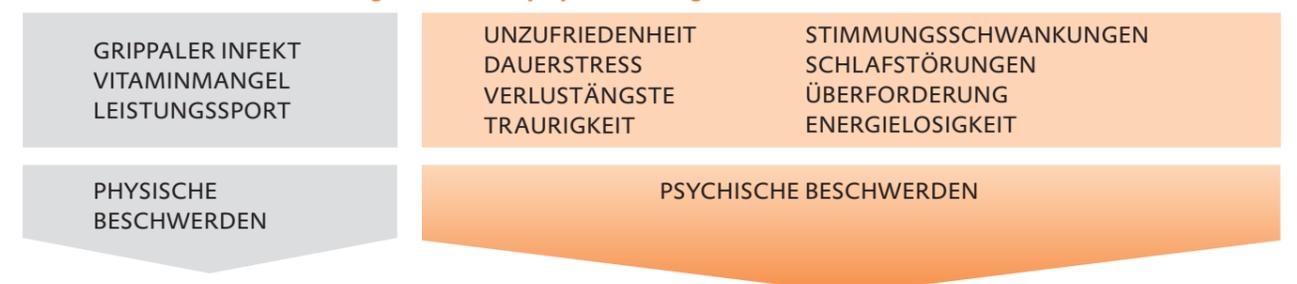
Wenn Ihre Kunden über Stress, Überbelastung und Nervosität klagen, stecken oftmals Sorgen und Ängste dahinter. Jetzt ist eine fundierte Beratung besonders wichtig:

1. Klären Sie als Erstes die Ursachen:

Fragen Sie vorsichtig aber gezielt nach:

- Weshalb denken Sie, sind Sie in letzter Zeit so müde?
- Wie hat sich der von Ihnen geschilderte Zustand entwickelt?
- Wo sehen Sie selbst die Ursachen für Ihr Befinden?

2. Schätzen Sie die Kundenaussagen bzw. die Symptome richtig ein und unterscheiden Sie zwischen:



Körperliche

Stärkungsmittel wie:

- Vitamine
- Mineralstoffe
- Nahrungsergänzungsmittel
- etc.

evtl. Zusatztherapie

remotiv® 250

Stärkungsmittel für die Psyche



evtl. Zusatztherapie
Vitamine/Mineralstoffe

Weshalb ist die Einnahmedauer von remotiv® 250 auf 14 Tage beschränkt?

Das mögliche Interaktionsrisiko von Johanniskrautextrakten steigt mit der Einnahmedauer. Bei einer Neueinteilung eines Heilmittels in eine bestimmte Swissmedic-Liste werden generell immer sehr hohe Anforderungen an die Sicherheit gestellt. Deshalb bewilligte uns die Arzneimittelbehörde, trotz dem niedrigen Interaktionspotential von remotiv® 250, nur eine Behandlungsdauer von 14 Tagen.

Die Ausbildung des Drogerie-Personals hinsichtlich dieser Neulancierung hat für Zeller AG einen sehr hohen Stellenwert. Unser neu erstelltes E-learning ist vom Schweizerischen Drogistenverband geprüft und empfohlen. Dank dieser Validierung bekommen Sie nach Abschluss der Schulung 1 auf Ihr Weiterbildungskonto gutgeschrieben. Als zusätzliche Belohnung werden unter allen Schulungsteilnehmern 20 iPods shuffle bis Ende Januar 2012 verlost. Nutzen Sie die Gelegenheit und loggen Sie sich noch heute unter www.elearning.zellerag.ch ein.

Wir freuen uns, mit remotiv® 250 den Schweizer Drogerien eine grosse Chance für die Profilierung in Beratung und Verkauf zu bieten. Es öffnet sich für Sie ein spannender Markt mit grossem Potenzial. Motiviert und begeistert wünschen wir Ihnen für die Neulancierung viel Erfolg! Wünschen Sie attraktives POS-Material, eine Team-Schulung oder sonstige Informationen? Nehmen Sie ungeniert Kontakt auf unter marketing@zellerag.ch oder 071 466 07 89.

Une bonne fluidité

Les maladies athéromateuses figurent parmi les plus fréquentes causes de consultations médicales. Certes, on ignore toujours l'origine précise de ces troubles. Il n'en demeure pas moins qu'il est important d'en parler avec les clients concernés. Car il existe des solutions pour améliorer la circulation sanguine.

Le sang ne transporte pas seulement moult nutriments différents, il véhicule également des transmetteurs essentiels à la régulation de l'organisme. Toute entrave, toute limitation du passage du sang se traduit très rapidement par des problèmes de santé. L'objectif des mesures de prévention est donc de conserver des vaisseaux bien ouverts.

Le système cardiovasculaire

Le système cardiovasculaire est responsable du débit sanguin. Il contrôle l'apport en sang à tout l'organisme et procède aux adaptations nécessaires. Ainsi, les fonctions cardiovasculaires doivent constamment s'adapter pour maintenir, par exemple, la bonne pression entre les veines et les artères (pression de perfusion).

Hypotension

Lorsque la pression de perfusion est trop basse, on parle d'hypotonie (ou hypotension). On différencie en outre l'hypotonie primaire (ou essentielle) et l'hypotonie secondaire. Dans le premier cas, le système cardiovasculaire est en principe intact et le fait que la pression artérielle soit basse est simplement une caractéristique personnelle, sans qu'il s'agisse d'une maladie. Néanmoins, l'hypotonie primaire peut s'accompagner de symptômes tels que de la fatigue, de l'abaissement, des vertiges ou des phases d'hébétéude, qui peuvent considérablement péjorer la qualité de vie.

Bon à savoir

Préparez-vous à répondre aux questions de vos clients: la *Tribune du droguiste* du mois de novembre aborde également le thème de la **circulation sanguine**.

Dans le cas de l'hypotonie secondaire, la faiblesse de la pression artérielle est la conséquence d'une maladie initiale. Il peut notamment s'agir de maladies provoquant une réduction du volume sanguin (diarrhées, vomissements, maladies infectieuses) ou qui nuisent au bon fonctionnement du cœur (insuffisance ventriculaire gauche). En cas d'hypotonie, il est donc très important de déterminer exactement les origines du mal pour pouvoir traiter correctement une éventuelle maladie initiale.

Hypertension

On parle d'hypertension lorsque la pression artérielle est constamment trop élevée. Dans ce cas aussi, on différencie hypertension primaire (ou essentielle) et hypertension secondaire.

L'hypertension primaire est un trouble de la régulation de la pression sanguine qui est provoqué par de multiples facteurs comme des prédispositions génétiques, des facteurs psycho-sociaux ou hormonaux ou encore le surpoids. L'hypertension secondaire est au contraire généralement provoquée par des maladies rénales ou des problèmes cardiovasculaires, comme l'artériosclérose.

Artériosclérose

L'artériosclérose est une maladie chronique et dégénérative de l'endothélium, laquelle provoque le rétrécissement de la lumière des vaisseaux et donc une augmentation de la pression sanguine.

On considère que le facteur principal à l'origine du rétrécissement des vaisseaux est un déséquilibre de l'endothélium – lequel est chargé de réguler la tonicité des vaisseaux, d'inhiber la prolifération des cellules des parois des vaisseaux de même que les processus d'adhésion leucocytaire.

Il maintient en outre un état antithrombotique et une activité profibrinolytique tout en étant lié à des processus anti-inflammatoires et anti-oxydatifs. C'est pourquoi une perturbation de l'homéostasie de l'endothélium peut induire les complications les plus diverses.

Perturbation de l'homéostasie de l'endothélium

Une perturbation de l'équilibre provoque des modifications histologiques et pathologiques de la tunique interne des vaisseaux sanguins (intima) et de la couche moyenne (media). Il s'agit-là d'une association complexe de différents systèmes. Les dysfonctions endothéliales, les lipides et le cholestérol sont considérés comme les principaux responsables de ces perturbations. Tout cela provoque une activation du système immunitaire et donc une mobilisation des monocytes, des macrophages et des thrombocytes. Des cytokines et des facteurs de croissance sont libérés, activant la musculature lisse et stimulant la production de collagène. L'ensemble de ces processus conduit au rétrécissement typique de la lumière vasculaire. Suivant le type de vaisseaux concernés, cela peut provoquer une angine de poitrine, une ischémie ou un infarctus du myocarde, ou encore une artériopathie oblitérante des membres ou une attaque cérébrale.

Controversées: les causes

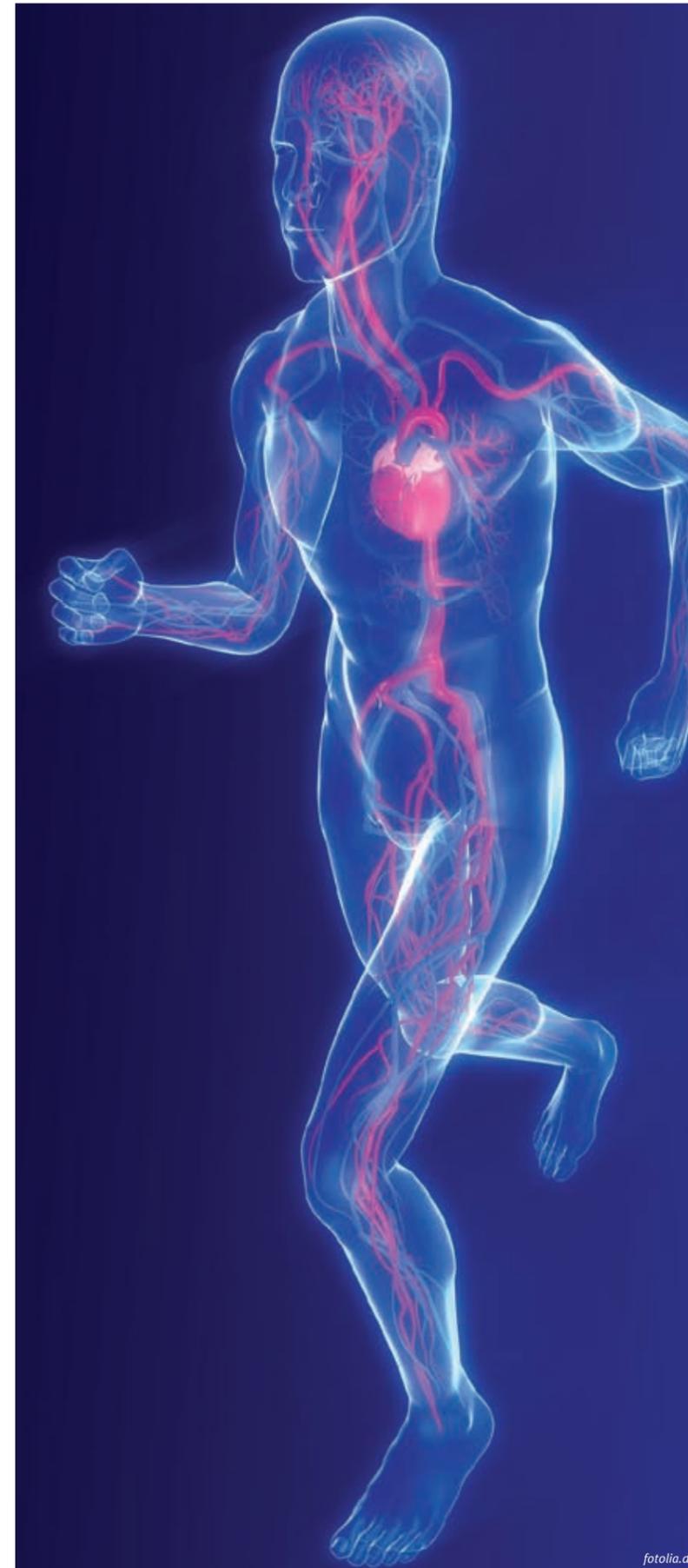
Les chercheurs ne sont pas unanimes quant aux facteurs à l'origine des troubles de l'endothélium. Deux théories principales s'affrontent.

1^{re} théorie: l'artériosclérose est provoquée par les lipoprotéines

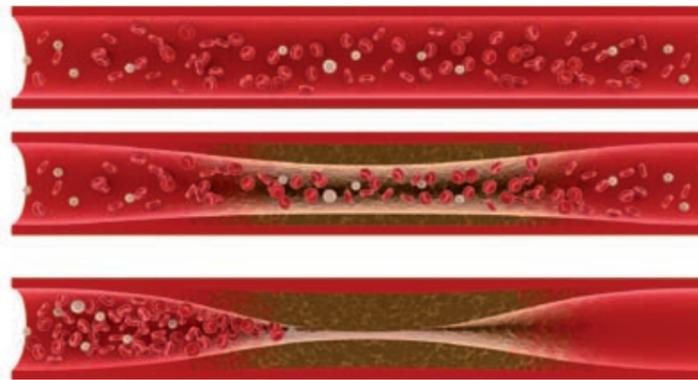
La théorie des lipoprotéines considère que les LDL (Low Density Lipoprotein) oxydés sont les facteurs qui déclenchent l'artériosclérose. Les lipoprotéines sont phagocytées par les macrophages du système immunitaire. A force de phagocyter des lipoprotéines, les macrophages sont pour ainsi dire «gonflés» de graisse et deviennent ce qu'on appelle des cellules spumeuses. Ces dernières produisent des facteurs de croissance et des cytokines, provoquant ainsi une réaction inflammatoire. Il en résulte une prolifération des cellules de la musculature lisse, une transformation du tissu et la formation à l'intérieur de l'endothélium d'une espèce de chape formée d'une accumulation de cellules spumeuses mortes avec du LDL oxydé et présentant en son centre un cœur lipidique. Ces formations sur les parois de l'endothélium, la fameuse plaque d'athérome, sont typiques de la représentation microscopique de l'artériosclérose. Si la plaque se détache, le système immunitaire se met aussitôt en branle et provoque une réaction de coagulation. Au final, ces processus provoquent un rétrécissement du volume des artères, une perte d'élasticité des parois endothéliales qui deviennent cassantes.

2^e théorie: l'artériosclérose est provoquée par des lésions de l'endothélium

Cette théorie part du principe que l'artériosclérose est provoquée par des lésions de l'endothélium. Par exemple des lésions d'origine traumatique, mécanique ou biochimique (par des toxines bactériennes ou des virus). Ces lésions provoquent une activation du système immunitaire. Or la réaction immunologique induit la production accrue de →



facteurs de croissance et de cytokines et – comme dans la théorie des lipoprotéines – une prolifération des cellules musculaires et la formation de plaques d'athérome. Les origines de l'artériosclérose ne sont donc pas encore clairement identifiées, en revanche on connaît les facteurs qui favorisent et stimulent les processus inflammatoires. Parmi ces facteurs de risque, on peut citer les mauvaises habitudes, comme le tabagisme et la sédentarité, ou les perturbations pathologiques qui augmentent la pression sanguine, le taux de cholestérol ou de lipides sanguins ou encore qui activent le système immunitaire.



fotolia.de

Du vaisseau sain au vaisseau bouché: on ne sait (toujours) pas si l'artériosclérose est provoquée par une lésion de l'endothélium ou par des lipoprotéines.

Des études montrent par exemple que le diabète sucré augmente de deux à quatre fois les risques d'artériosclérose. L'hypercholestérolémie les augmente de trois fois et figure donc au même rang que le tabagisme, qui augmente aussi les risques de deux à trois fois. Sans oublier le surpoids: cinq à huit kilos de trop augmentent de 25 % les risques d'artériosclérose.

Zones critiques

Le risque d'artériosclérose n'est pas le même dans tous les vaisseaux sanguins. Les zones les plus critiques sont celles où l'écoulement laminaire et continu du sang peut être perturbé, comme par exemple dans les ramifications des vaisseaux. C'est là que les risques de lésions endothéliales sont les plus élevés. Néanmoins, l'artériosclérose peut en principe toucher n'importe quel vaisseau du corps. Lorsque les artères touchées sont grandes, moyennes ou petites, on parle de macroangiopathie. Sinon, on parle de microangiopathie si les artères touchées sont très petites. Plus précisément: les accidents vasculaires cérébraux sont provoqués par des lésions de l'artère carotide et les infarctus du myocarde par des lésions des vaisseaux coronaires.

Prévenir plutôt que réagir

L'artériopathie oblitérante des membres évolue souvent longtemps sans symptômes. Ce n'est que lorsque la maladie (le rétrécissement) est déjà bien installée que les problèmes circulatoires commencent à se traduire par des doigts froids, des troubles du toucher ou des fourmillements. Des troubles de la conscience, des vertiges, l'impuissance, une baisse des performances ou des crises d'étouffement peuvent également se produire simultanément et signaler un problème artériel. Comme la maladie se traduit par l'association complexe de multiples symptômes, il convient d'y penser lors de l'entretien conseil.

Éliminer tous les facteurs de risque permet de stopper les lésions endothéliales, voire de reformer un endothélium sain. Ce que montrent les résultats de recherches récentes¹.

L'aide des remèdes de la droguerie

Lors de l'entretien conseil, il est très important de s'informer sur la prise éventuelle d'autres médicaments, comme des bêtabloquants ou des hypotenseurs. En effet, les préparations phytothérapeutiques ont souvent des interactions avec ces médicaments qui agissent sur les mêmes mécanismes d'élimination. Les sels minéraux et les plantes ci-dessous peuvent, en association avec un changement d'habitudes, améliorer la situation.

Le magnésium

Les carences en magnésium sont considérées comme un facteur co-responsable du développement de l'artériosclérose et de l'infarctus. Une carence en magnésium se traduit par exemple par des troubles fonctionnels du cœur, comme des extrasystoles (contractions anarchiques et anormales du cœur), des lancées ou des douleurs légères dans la poitrine. Comme le magnésium sert de cofacteur à plus de 300 enzymes et qu'il participe à des réactions de production d'énergie ainsi qu'à la synthèse d'acides protéiques et nucléiques, il est évidemment efficace en cas d'arythmie cardiaque, d'hypertension et de spasmes vasculaires. Un déficit en magnésium (hypomagnésémie) peut en outre être associé à une carence en potassium et en calcium². Apports conseillés³.

Domaines d'application	Dose recommandée
Prévention générale	250 à 500 mg/jour
<i>Maladies cardiovasculaires</i>	
Hypertonie, cardiopathies coronariennes	300 à 1000 mg/jour

La prise de préparations au magnésium devrait être répartie tout au long de la journée, entre les repas. Les interactions avec des médicaments ou des nutriments peuvent se traduire par des excrétions rénales ou de mauvaises assimilations.

Les vitamines antioxydantes A et E

L'administration des vitamines A et E prévient l'oxydation du LDL et agit donc contre la formation des cellules spumeuses et de la plaque.

Les huiles de poisson – aux acides gras polyinsaturés

Augmenter le rapport des acides gras polyinsaturés peut abaisser le taux de cholestérol dans le plasma, et en particulier le taux de LDL. Les acides gras cardioprotecteurs oméga-3 et oméga-6 occupent donc une place importante dans l'alimentation. La Société suisse de nutrition (SSN) préconise d'ailleurs un rapport de maximum 5 :1 entre oméga-6 et oméga-3. Pour obtenir ce rapport idéal, on peut notamment consommer plus d'huile de colza, de lin ou de noix ou des poissons gras pêchés dans des eaux froides. Alternative: les capsules d'huile de poisson disponibles sous forme de compléments alimentaires.

Les phospholipides/la lécithine

Les phospholipides essentiels (EPL) sont des esters diglycérides d'acide phosphatidylcholine avec une majorité d'acides gras insaturés, tels que l'acide linoléique, l'acide linoléique et l'acide oléique. Ils peuvent favoriser la réduction du taux de cholestérol. Le mécanisme qui conduit à cette réduction n'est pas encore entièrement connu. On suppose que le taux de résorption du cholestérol passant de l'intestin aux cellules de l'intestin grêle diminue, ce qui amène à une élimination accrue de cholestérol par l'intestin. Par ailleurs, les particules HDL augmentent la capacité d'absorption du cholestérol.

L'aubépine

L'aubépine (Crataegus) est un des plus importants remèdes non soumis à ordonnance dans le traitement des troubles cardiovasculaires. Selon les connaissances scientifiques actuelles, son effet est principalement dû aux

flavonoïdes. Chaque type de Crataegus a naturellement un type spécifique de flavonoïdes. Les plus importants pour le système cardiovasculaire sont l'hypéroside, le rutoside, la quercétine ainsi que des glycosides. La plante contient également des procyanidines, des phénols, des triterpènes et des amines biogéniques. On y trouve aussi de l'acide caféique, de l'acide chlorogénique et d'autres acides phénoliques. Se basant sur les nombreuses études cliniques⁴ réalisées ces dernières années, les experts recommandent l'administration précoce d'aubépine pour le traitement prophylactique des insuffisances cardiaques et des maladies cardiovasculaires. Comme l'aubépine est très bien supportée et ne provoque pas d'interactions avec les glucosides cardiotoniques (digitale), les inhibiteurs de l'ECA ou les diurétiques, on peut très bien l'associer à d'autres traitements⁵.

L'ail, l'oignon et l'ail des ours

Les alliées, famille à laquelle appartiennent notamment l'ail, l'oignon et l'ail des ours, contiennent de l'alliine. De nombreuses expériences pharmacologiques avec ce composant ont abouti à une inhibition de l'agrégation des thrombocytes, une prolongation du temps de saignement et de coagulation, une augmentation de l'activité fibrinolytique et donc un effet anti-artériosclérotique.

Les feuilles d'olivier

Les feuilles d'olivier contiennent de l'oléuropéine et des triterpènes comme l'acide oléanolique, l'acide maslinique ainsi que des squalènes, des phénols et cinq alcaloïdes à effet hypotenseur.

L'artichaut

L'artichaut peut aussi s'utiliser dans les problèmes de métabolisme des lipides. Ses composants les plus efficaces sont les dérivés de l'acide hydroxycinammique, les flavonoïdes et les sesquiterpènes. L'augmentation de la cholérèse active le flux de la bile ce qui améliore l'élimination du cholestérol. Ce phénomène s'accompagne d'un ralentissement de la biosynthèse du cholestérol.

Julia Burgener,

responsable du service scientifique de l'ASD / trad: cs

Glossaire:

<i>Prolifération cellulaire</i>	Multiplication des cellules
<i>Artériosclérose</i>	Maladie chronique dégénérative des parois des artères provoquant un rétrécissement progressif de la lumière des vaisseaux et une perte d'élasticité de l'intima
<i>Cardiopathie coronarienne</i>	Sclérose des artères coronaires qui peut évoluer en insuffisance coronarienne ou en obturation des artères coronaires
<i>Infarctus du myocarde</i>	Nécrose du muscle cardiaque provoquée par un trouble de la circulation sanguine lié à une cardiopathie coronarienne à un stade avancé – avec sténose importante et thrombus des artères coronaires
<i>Antithrombotique</i>	Au sens large, anticoagulant
<i>Fibrinolytique</i>	Qui détruit la fibrine; au sens large: antithrombotique
<i>Antioxydant</i>	Capturateur de radicaux libre; au sens large: qui protège les cellules

Sources

- 1 Fukuhara et al, Hypertension, 2000
- 2 Selbstmedikation, DAZ 2e édition 2011
- 3 Gröber 2008
- 4 Pittler et al, AmJMed. 2003 Jun 1; 114(8):665-74
Bernatoniene J et al, Phytother Res.2009 Dec; 23(12):1701-7
Holubarsch CJ et al, J Heart Fail.2008 Dec; 19(12): 1255-63
- 5 Selbstmedikation ,DAZ 2e édition 2011

Une zone sensible

Savon, strings, jeans trop étroits: autant d'éléments qui irritent la peau de la zone intime. Mais concrètement, que proposer à un homme ou à une femme qui se plaint de démangeaisons au niveau des parties intimes?



L'épilation complète des parties intimes est particulièrement appréciée des plus jeunes. Or il ne faudrait pas oublier que si Dame Nature a créé tous ces poils, ce n'est pas pour cacher les zones soi-disant honteuses, mais bien pour les protéger.

Zone intime féminine

Chez la femme, la peau cachée sous les poils des grandes lèvres renferme de très nombreuses glandes sudoripares et sébacées. Elles empêchent les bactéries de pénétrer dans le vagin et rendent la peau grasse, évitant ainsi les irritations et les infections. L'anatomie des parties intimes est un véritable chef-d'œuvre de la nature! Les grandes lèvres font office de protection contre les éléments extérieurs, tandis que les petites lèvres, plus fines, légèrement ridées et sans poils, permettent la transition vers le vagin. Derrière, le vestibule vulvaire est doté d'une peau très fine et humide. La zone de la vulve est traversée d'innombrables terminaisons nerveuses, alors que le vagin est beaucoup moins sensible. D'où le fait que lorsqu'une femme pense avoir une mycose, elle la ressent à l'entrée du vagin – et pas dans le vagin même. Enfin, entre l'anus et la vulve, on trouve le périnée.

Zone intime masculine

Chez l'homme, le gland est la partie la plus sensible. Normalement, il est protégé par le prépuce. Des sécrétions séborrhéiques se déposent au quotidien sous le prépuce: c'est le smegma. En repoussant le prépuce, l'homme peut nettoyer le smegma avec un peu d'eau. S'il ne le fait pas, de mauvaises odeurs se développeront sous le prépuce et le gland peut souffrir d'une inflammation. La zone sous le prépuce peut aussi devenir un foyer à bactéries, constituant ainsi un risque pour l'homme, mais aussi pour sa partenaire sexuelle. Il y a par exemple les papillomavirus,

facteurs de risque en matière de cancer du col de l'utérus et de carcinome pénien, ou encore les bactéries chlamydia, qui peuvent rendre la femme stérile, dans le pire des cas. Les bactéries les plus fréquentes sont les gardnerella vaginalis. Elles sont à l'origine de vaginites non spécifiques qui touchent la plupart des femmes un jour ou l'autre. Tant que l'homme reste porteur de ces bactéries, le traitement administré à la femme sera inefficace et elle sera de nouveau contaminée. En cas d'infections à répétition, il est donc essentiel de traiter à la fois l'homme et sa partenaire sexuelle.

Ne point trop en faire

Que ce soit chez l'homme ou chez la femme, les parties intimes doivent être nettoyées au quotidien. Mais la peau étant très sensible à ces endroits, il est inutile de l'irriter avec des savons ou des sprays intimes. Un peu d'eau chaude suffira. Pour les récalcitrants, il existe aussi des produits spécifiques contenant des substances grasses et légèrement acides, qui permettent de restaurer l'équilibre naturel de la flore vaginale. Pour que le vagin soit intact, la valeur du pH doit se situer entre 3,8 et 4,4. Le sang ayant un pH de 7, le vagin et la vulve de la femme sont particulièrement sensibles aux infections pendant la période des règles. Les femmes dont les règles durent plus d'une semaine (hyperménorrhée) sont ainsi plus sujettes que les autres aux vaginites.

Soins pour la femme de plus de 50 ans

Avec l'âge, l'hygiène intime reste très importante. Après la ménopause qui voit la production d'œstrogènes cesser, le vagin perd de son humidité. Or les muqueuses desséchées sont des proies faciles pour les bactéries (chacun d'entre nous le sait pour ce qui concerne les muqueuses du nez ou de la gorge). Si le vestibule est desséché, les bactéries s'y agrippent plus facilement, avant de pénétrer dans le corps. Les huiles végétales peuvent aider avec efficacité à régler le problème: il suffit alors de masser la vulve et le vestibule en douceur. Une personne qui souffre de sécheresse vaginale particulièrement prononcée peut aussi tremper un tampon dans cette même huile végétale et l'introduire dans son vagin pendant la nuit, et ceci pendant plusieurs nuits d'affilée. De quoi humidifier les muqueuses tout en les rendant plus grasses.

Sabine Hurni / trad: dg

HerbaChaud®
Das natürliche Wärmepflaster

Hilft bei:

- Rückenschmerzen
- Menstruationsbeschwerden
- Verspannungen
- Rheumatische Schmerzen
- Sportverletzungen



www.HerbaChaud.com



E. ANWANDER & CIE. AG

**Verpackungen für
pharmazeutische Produkte
chemisch-technische Produkte
kosmetische Produkte
Lebensmittel
Labor- und Offizinbedarf**

**1500 Artikel im Standard-Sortiment
sofort ab Lager lieferbar.
Verlangen Sie unseren Katalog.**

E. ANWANDER & CIE. AG Langmattstrasse 12 CH-4104 Oberwil
Telefon 061 338 33 33 Telefax 061 338 33 11
info@anwa.ch www.anwa.ch

Mieux digérer le lactose

Maux de ventre, ballonnements ou diarrhée: près de 30 % des Suisses souffrent d'une intolérance au lactose. Ce qu'il faut savoir à ce sujet.

En Suisse, un tiers de la population souffre de troubles digestifs sévères après avoir ingéré des aliments contenant du lactose. Maux de ventre, ballonnements ou diarrhée, la réaction ne se fait généralement pas attendre. A noter que ce chiffre correspond au nombre de cas dûment diagnostiqués. Les cas non répertoriés sont jugés beaucoup plus nombreux par les experts. Des études cliniques ont montré qu'un nombre important de personnes âgées, notamment, souffre d'une intolérance au lactose. L'ennui, c'est que l'on envisage rarement alors la possibilité d'une intolérance au lactose acquise. En cas de méconnaissance, les personnes concernées évitent souvent – instinctivement mais à juste titre – les aliments comme le lait ou le fromage. Le problème: un risque de carence en calcium et en vitamine D. Et par conséquent, un risque accru d'ostéoporose.

Le processus digestif

La décomposition du lactose est une étape du processus de digestion des hydrates de carbone, qui se produit dans l'intestin grêle. C'est une enzyme, la lactase, qui permet de dissocier ce disaccharide en deux glucides simples, le galactose et le glucose, qui sont transportés puis assimilés par les cellules épithéliales de l'intestin grêle. Normalement, cette enzyme est la plus active au moment de la naissance. Sa capacité de dissociation diminue cependant avec l'âge et le lactose est de moins en moins bien absorbé. L'intolérance au lactose est en fait une absence ou un déficit en lactase. Les symptômes augmentent par conséquent généralement avec l'âge.

Classification

On distingue trois formes de déficit en lactase:

Déficit primaire ou acquis en lactase

a. Déficit primaire en lactase (type congénital)

Il s'agit d'un mécanisme autosomique récessif d'origine héréditaire. Cette intolérance congénitale est très rare.

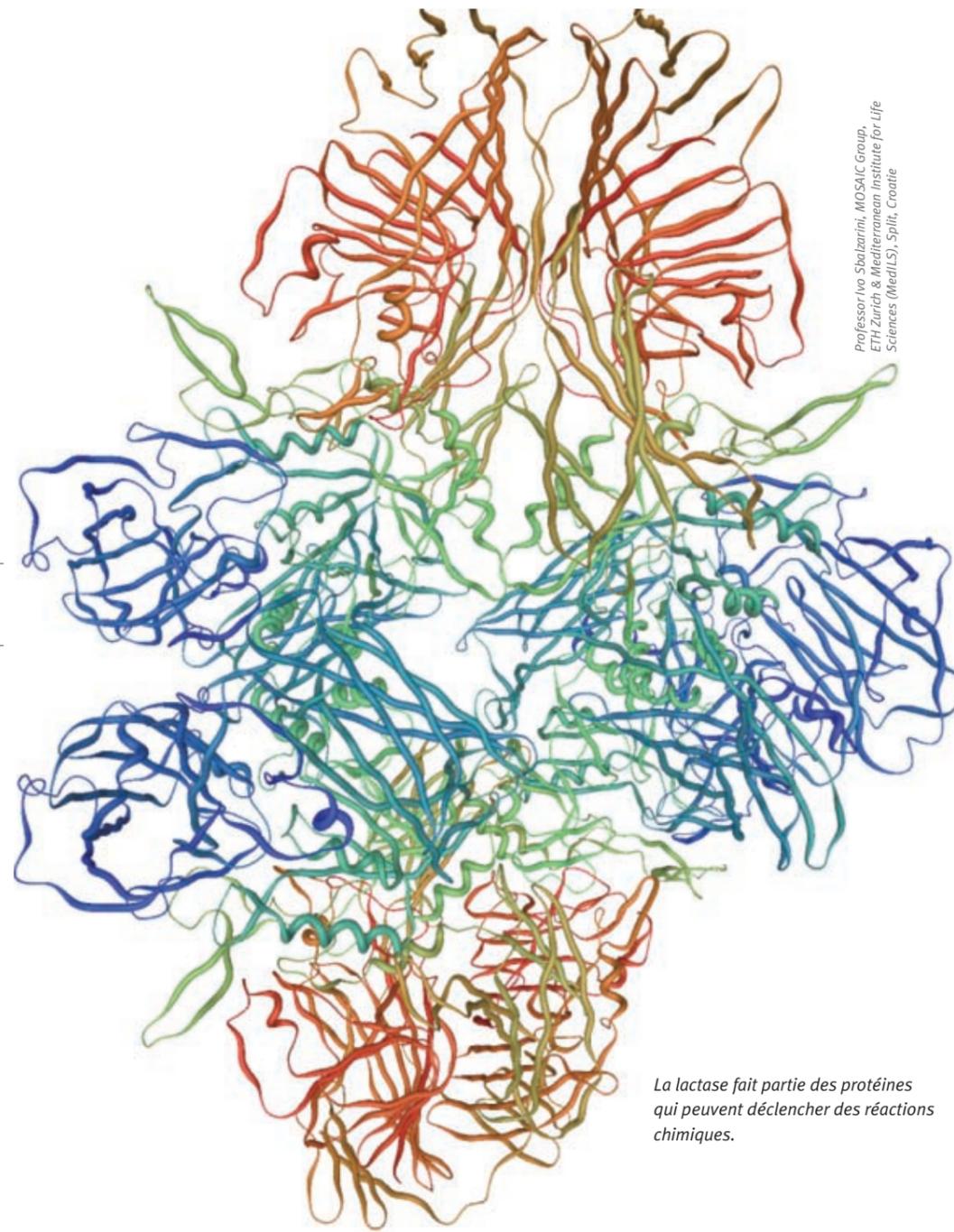
b. Forme tardive (type adulte)

Dans ce cas de figure, l'activité de la lactase est généralement suffisante au départ. Les premiers symptômes n'apparaissent qu'après le sevrage, au moment de la puberté, voire à l'âge adulte.

Déficit secondaire en lactase

Le déficit secondaire en lactase apparaît à la suite d'une maladie, telle que:

- › gastro-entérite aiguë
- › sprue
- › infections de giardia
- › maladies diarrhéiques chroniques comme la maladie de Crohn
- › syndrome du côlon irritable
- › abus chronique d'alcool



Professor Ivo Sbalzarini, MOSAIC Group, ETH Zurich & Mediterranean Institute for Life Sciences (MedILS), Split, Croatia

La lactase fait partie des protéines qui peuvent déclencher des réactions chimiques.

Symptômes

En cas d'absence ou de carence en lactase, le lactose parvient dans les parties inférieures de l'intestin où il est dégradé par les bactéries intestinales en acide lactique, en dioxyde de carbone, en acides gras à chaînes courtes, en acide acétique, en hydrogène et divers gaz (par ex. méthane). Alors que les gaz provoquent des crampes abdominales, les acides stimulent la motilité intestinale. Le lactose présente en outre la capacité de lier l'eau, ce qui explique son effet osmotique: la concentration en lactose à l'intérieur du gros intestin étant excessivement élevée, l'organisme compense en libérant de l'eau dans l'intestin. D'où une augmentation du volume des selles, qui provoque la diarrhée. Les symptômes surgissent généralement trente minutes à deux heures après avoir mangé.

Que faire en cas d'intolérance au lactose?

Le traitement le plus simple en cas d'intolérance au lactose consiste à éviter les produits à base de lactose. Cependant, même en renonçant à toute dégustation de fondue ou de raclette, il est difficile d'éviter tout problème. Car le lactose n'est pas présent uniquement dans les produits laitiers, mais il est également utilisé dans la production alimentaire.

- › En raison de sa capacité à lier l'hydrogène, le lactose est souvent ajouté comme liant aussi bien dans les denrées alimentaires que dans les médicaments. Il fait également office de renforteur de volume dans de nombreux produits allégés en graisse.
- › Le lactose sert aussi d'exhausteur de goût, en tant qu'excipient.
- › Le lactose réagissant aux protéines, il est souvent utilisé pour dorer les produits dans les processus de cuisson.

Difficile donc d'éliminer le lactose de l'alimentation européenne. Ainsi, les personnes qui mangent souvent à l'extérieur ou sont souvent invitées, peuvent difficilement exiger systématiquement la liste des ingrédients. Dans ces circonstances, il peut être bon de recourir aux préparations à base de lactase, à prendre avant ou après les repas, mais pas à jeun. Ces médicaments à base de lactase permettent de pallier l'absence de l'enzyme à l'état naturel et la dégradation du lactose dans l'organisme. Les troubles désagréables de l'intolérance au lactose pourront ainsi être atténués ou même évités.

Julia Burgener / trad: Is

Selon les causes, les symptômes varient considérablement. Ils surgissent généralement après l'absorption de 18 g env. de lactose (1 à 1,5 verre de lait). Le ressenti subjectif des patients peut fortement varier. Le tableau clinique dépend donc des facteurs suivants:

- › quantité de lactose absorbée
- › rythme de vidange gastrique
- › activité de la lactase dans les muqueuses intestinales
- › temps de transit dans l'intestin grêle
- › capacité de fermentation du lactose dans le gros intestin
- › capacité de réabsorption des produits fermentés (acides gras à chaînes courtes)

Bon à savoir

Préparez-vous à répondre aux questions de vos clients: la *Tribune du droguiste* du mois de novembre aborde également le thème des **intolérances alimentaires**.

Teneur en lactose des produits laitiers

Concentration élevée (> 30 g/100 g)	Concentration moyenne (1-5 ag/100 g)	Concentration moindre (< 1 g/100 g)
Poudre de lait maigre/entier	Lait de vache, de brebis ou de chèvre, lactosérum, fromage à cuire, cottage-cheese, babeurre crème, crème fraîche, séré, yaourt, kéfir, crème glacée	Beurre, fromage à pâte dure, margarine

Checkliste Ernährung, P. Suter, Thieme Verlag 2^e édition 2002



Flash

Délai d'insertion pour la
prochaine édition: 21 novembre 2011
Envoyer les annonces (uniquement par voie
électronique) à: inserate@drogistenverband.ch

www.droguerie.ch

Le marché de l'emploi de la branche suisse de la droguerie

Nouveaux membres

Demandes d'adhésion à une section et à l'ASD

Section: BE, Christian Hänni

Apothek Drogerie Spiez AG, Oberlandstrasse 13, 3700 Spiez

Section: ZS, Jana Schumacher

DROPA Drogerie Triengen AG, Kantonsstrasse 70, 6234 Triengen

Section: ZH/SH, Sandro Rusconi

Rusconi Drogerie AG, Baulelzelgstrasse 10, 8194 Hüntwangen

Les oppositions doivent être adressées dans les 14 jours au comité central de l'ASD, case postale 3516, 2500 Bienne 3.

Wir suchen zur Führung unserer Drogerie im Centro in Lostorf eine

Engagierte dipl. Drogistin HF 80-100 %

mit Flair für Kosmetik und Freude an Komplementär-Medizin

Bei uns erwartet Sie:

- Selbständiges verantwortungsvolles Arbeiten
- Innovative Konzepte und Aktivitäten
- Fortschrittliche Anstellungsbedingungen
- Motiviertes und herzliches Team

Unsere Vorstellung von Ihnen:

- Ideenreiche dipl. Drogistin HF 80-100% mit Umsetzungskraft
- Starke Verkäuferin mit kundenorientiertem und unternehmerischem Denken
- Vielseitig interessierte und kommunikative Persönlichkeit

Ihre Aufgaben:

- Fachliche Leitung der Drogerie
- Kundenberatung und Verkauf
- Einkauf, Warendisposition
- Ausbildung, Personalentwicklung
- Administrative Aufgaben

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Wir freuen uns darauf Sie kennenzulernen!

Gerne stehe ich für Fragen zur Verfügung oder bewerben Sie sich unter folgender Adresse:

Drogerie im Centro, Susanne Werder, Hauptstrasse 18,
4654 Lostorf, Telefon 062 298 08 20, susanne.werder@gmx.ch

Gut vernetzte Drogerien =
spannende Arbeitsplätze !

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

dropa
GANZ SCHÖN GESUND!
DROGERIE
Lust auf eine neue Herausforderung?
Ein Klick zu Ihrem Traumjob unter
www.dropa.ch

Recherche d'emploi

Suchen Sie mich?

Drogist HF und Akupunkteur

mit langjähriger Berufserfahrung sucht neue Herausforderung
(50-70 %) in der Region Bern – Thun – Interlaken.

Telefon 078 698 91 09

Drogerie zu vermieten oder verkaufen

Die traditionsreiche Dorfdrogerie und ihre Kundschaft in Aeschi b. Spiez suchen eine/n Nachfolger/in.

Wohn- und Geschäftshaus mitten im Dorfzentrum:

- Erdgeschoss mit Verkaufslokal/Nebenräumen (65m²)
- Obergeschoss mit Wohnung (4.5-Zi/90m²).
- Kellergeschoss mit Waschküche und Lagerräumen
- Nebengebäude mit Lagerraum, Garten, Autoabstellplatz
- Ab Februar 2011 oder nach Absprache

Kontaktadresse: Johannes Luginbühl, Wylersstrasse 69,
3014 Bern, 079 472 85 15



Die DROPA ist ein innovatives und erfolgreiches Tochterunternehmen der DR. BÄHLER DROPA AG. Für unsere modernen DROPA Filialen (Drogerien und Drogerie Apotheken) suchen wir per 1.1.2012 oder nach Vereinbarung einen/eine



Drogistin HF als GeschäftsführerIn (80-100%)

IHRE HAUPTAUFGABEN

- Sicherstellen, dass die Drogerie als kompetenteste Anbieterin in Fragen der Gesundheit und Erhaltung der Lebensqualität wahrgenommen wird
- Mitarbeiterführung
- Erfolgreiche Kundenbetreuung und Beratung
- Optimaler Einkauf und Warenbewirtschaftung

IHR PROFIL

- Hohe Sozial- und Fachkompetenz
- Freude am persönlichen Kundenkontakt
- Engagiert und kommunikativ
- Führungsstärke und unternehmerisches Denken

UNSER ANGEBOT

- Eine spannende und herausfordernde Stelle
- Unterstützung durch unsere zentralen Dienste (Führung, Marketing, Qualitätsmanagement, Buchhaltung, Beschaffung)
- Laufende Fortbildungsmöglichkeiten
- Fortschrittliche Anstellungsbedingungen

Freuen Sie sich auf eine neue Herausforderung? Ihre schriftliche Bewerbung mit den üblichen Unterlagen richten Sie bitte an:

DR. BÄHLER DROPA AG
Frau Beatrix Wampfler
Binzstrasse 38, 8045 Zürich
Telefon 079 788 27 62, www.dropa.ch



Wir suchen per 1. Dezember 2011
oder nach Vereinbarung eine/n

Drogistin 60 - 80 % mit besonderem Flair für Kosmetik



SIE

- Ihre Stärke liegt im Verkauf
- Sie haben eine Weiterbildung als Visagistin (oder wollen diese noch machen)
- Sie gehen gerne auf unsere Kundschaft zu
- Sie sind kreativ und zeigen Eigeninitiative
- Sie sind ausgeglichen und flexibel

WIR BIETEN

- Eine interessante, verantwortungsvolle Stelle in einer modernen Drogerie
- Abwechslungsreiche Herausforderungen
- Professionelle externe und interne DROPA Aus- und Weiterbildung

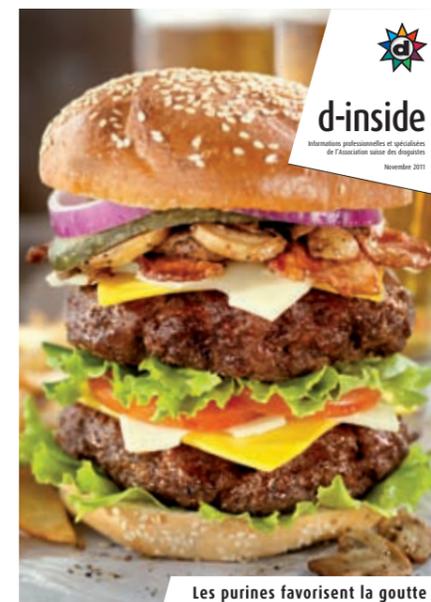
IHRE AUFGABEN

- Beratung und Verkauf im Schönheitssektor mit unseren Depots Lauder, Clinique, Clarins, Widmer, Eucerin
- Organisation von Events und Schminkkursen
- Betreuung ein bis zwei Kosmetikdepots (Lauder, Clarins, Clinique)
- Emotionale Ladengestaltung und Dekoration
- Einkaufsverantwortung im eigenen Bereich

Fühlen Sie sich angesprochen? Ich freue mich, Sie kennen zu lernen.

Bei Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.
Die Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an folgende Adresse:

DROPA Drogerie Unterentfelden
Regina Gfeller
Migros- Center, Binzmattweg 8
5035 Unterentfelden

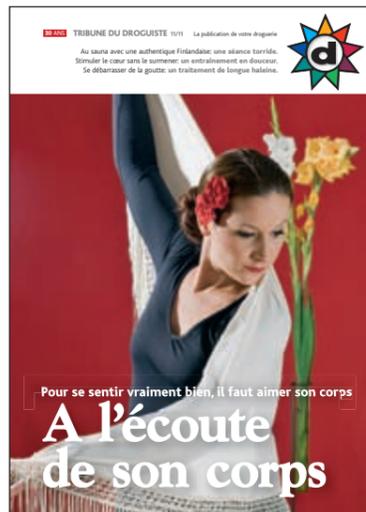


Les purines favorisent la goutte

Votre d-inside actuel!

Désormais, vous trouverez la version intégrale
en français de *d-inside* en format pdf sur:

http://d-inside.drogoserver.ch/inside_f.pdf



Novembre

Tribune du droguiste

Découvrez ce que vos clients pourront lire dans l'édition de novembre: pourquoi il vaut mieux savoir écouter son corps que d'avoir une taille de rêve.

Festoyer malgré la goutte

La goutte a certes une composante génétique. Mais en adoptant une alimentation équilibrée et un mode de vie sain, les personnes concernées peuvent sensiblement améliorer leur qualité de vie.

Une lueur dans le brouillard

Les cures de millepertuis sont particulièrement efficaces pour améliorer l'humeur des personnes qui souffrent de dépression saisonnière.

Le sauna en version originale

Des séances de sauna régulières renforcent le système immunitaire. Pour autant que l'on respecte quelques règles élémentaires.

Les intolérances alimentaires

Les personnes qui souffrent d'intolérances ou d'allergies alimentaires n'ont pas à renoncer aux plaisirs de la table. Explications.

Les autres thèmes:

«L'influence de la musique sur le psychisme»; «Du fitness pour le cœur»; «L'hygiène intime au féminin»; «Un teint radieux en hiver», «Des conseils pour éviter le rhume» et «atout santé».



Brochure:

«Vitamines et sels minéraux»

En novembre, le petit guide pratique encarté dans la *Tribune du droguiste* fait le point sur les **vitamines et les sels minéraux**.



Décembre

Tribune du droguiste

Découvrez dès maintenant ce que vos clients pourront lire dans l'édition de décembre: pourquoi l'homéopathie et la médecine académique se complètent très bien.

Parfums de Noël

Certains senteurs rappellent instantanément Noël. Découvrez comment les parfums agissent sur le psychisme.

Tousser en chœur!

Il n'est pas rare qu'un enfant passe son refroidissement à toute sa famille. Nous expliquons comment prévenir ce scénario de contagion entre proches.

En finir avec la cigarette

Les ados fument pour mieux surmonter les aléas du quotidien. Mais la majorité d'entre eux aimerait pouvoir s'en passer.

Prévenir les gelures

Quand un vent glacial souffle sur le visage, les risques de gelures sont bien réels. Nos conseils pour soigner la peau en hiver.

Les autres thèmes:

«Prudence avec les testeurs»; «Des bains pour se sentir bien»; «Histoire de Noël»; «Agir dès maintenant contre le rhume des foins»; «Une bonne digestion» et «atout santé».



Brochure: «Un sommeil de rêve»

En décembre, le petit guide pratique encarté dans la *Tribune du droguiste* se penche sur le phénomène du **sommeil**.

Vos clients trouveront également des informations passionnantes sur des thèmes en lien avec la santé sur: www.vitagate.ch

Impressum d-inside

Organe officiel de l'Association suisse des droguistes, case postale 3516, 2500 Bienne 3; info@drogistenverband.ch, www.droguerie.ch

direction: Martin Bangarter; rédacteur en chef: Heinrich Gasser (hrg); rédactrice en chef adjointe: Flavia Kunz (fk); Katharina Rederer (kr), Ann Kugler (akt); traduction: Claudia Spätig, Daphné Grekos, Laurence Strasser; annonces: Nadia Bally, tél. 032 328 50 51, inserte@drogistenverband.ch; mise en page: Odette Montandon; couverture: www.panthermedia.net
impression: Swiss Printers AG, Schlieren;

printed in
switzerland

Abonnements: Antonella Schilirò, téléphone 032 328 50 30, info@drogistenverband.ch; ISSN 1662-338X; Fr. 75.-/an, 2^e abonnement Fr. 56.-, plus 2,5 % TVA;



d-inside est le média
d'«Employés Droguistes»

Suisse: Bureau et conseil juridique: Regula Steinemann, Gerbergasse 26, case postale 644, 4001 Bâle, téléphone 061 261 45 45; caissier et administration des membres: Reto Karich; www.drogisten.org, info@drogisten.org



Nous sommes donateurs de l'ASD et de l'ESD

SANTE
NATURKOSMETIK

Entdecken Sie den Neuauftritt
von SANTE Naturkosmetik

Vertrieb in der Schweiz: www.hautquartier.ch

HautQuartier
Naturkosmetik

Eine Hilfe bei Halsschmerzen.



Bei Halsentzündungen brauchen Sie Hilfe. Strepsils wirkt antiseptisch gegen die Entzündung und lindert so den Schmerz – damit Sie wieder fit werden.

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.

Reckitt Benckiser (Switzerland) AG, 8304 Wallisellen