



LE GRAND RETOUR DE CANNABIS SATIVA

**COSMÉTIQUE NATURELLE:
DES CLIENTS EXIGEANTS**

**LA PHYTO POUR TRAITER
LA TOUX DANS LA DURÉE**

**COMMENT RECONNAÎTRE
LES MALADIES INFANTILES**

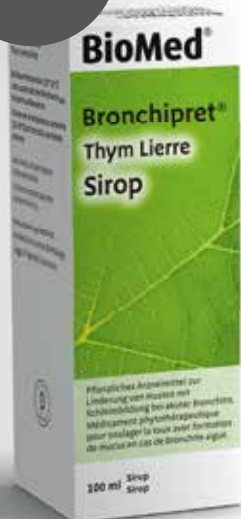
Une solution à base de plantes.



- Décongestionne le nez bouché¹
- Dissout les mucosités visqueuses²
- A un effet anti-inflammatoire¹

Sinupret® aide en cas de sinusite.

Nouveau



- Réduit les quintes de toux³
- Dissout les mucosités visqueuses⁴
- A un effet anti-inflammatoire⁴

Bronchipret® aide en cas de bronchite.

Information professionnelle abrégée Sinupret® extract (médicament phytothérapeutique). **C:** Extrait sec d'un mélange de racine de gentiane, fleurs de primevère, herbe de rumex crépu, fleurs de sureau, herbe de verveine. **I:** Rhinosinusite aiguë non compliquée. **P:** >18 ans: 1 drg. 3x par jour. **G/A:** Ne pas utiliser. **CI:** Hypersensibilité à un composant du médicament, ulcères gastriques ou duodénaux. **EI:** Fréquents: problèmes des voies digestives; occasionnels: réactions d'hypersensibilité cutanées, vertiges; fréquence non connue: réactions allergiques systémiques sévères. **E:** 30 drg. **Cat. D.** Pour des informations détaillées, voir www.swissmedinfo.ch.

Information professionnelle abrégée Bronchipret® Thym Lierre, Sirop (médicament phytothérapeutique). **C:** Extrait fluide de thym et de feuilles de lierre. **I:** En cas de bronchite aiguë pour soulager la toux avec formation de mucus. **P:** >6 ans: 3 x par jour 4.3 ml; >12 ans: 3 x par jour 5.4 ml. **G/A:** Ne pas utiliser. **CI:** Hypersensibilité aux Araliacées et Lamiacées et autres plantes provoquant des réactions croisées. **P:** Bronchipret® Thym Lierre Sirop contient 7% vol. d'alcool. **EI:** Occasionnellement: troubles gastro-intestinaux; rarement: réactions d'hypersensibilité. **E:** 100 ml **Cat. D.** Pour des informations détaillées, voir www.swissmedinfo.ch.

1) Rossi A. et al.: The novel Sinupret dry extract exhibits anti-inflammatory effectiveness in vivo, *Fitoterapia* 83:715-720, 2012.

2) Virgin F. et al.: The bioflavonoid compound, Sinupret, stimulates transepithelial chloride transport in vitro and in vivo. *The Laryngoscope*, 120:1051-1056, 2010.

3) Kemmerich B. et al.: Efficacy and tolerability of a fluid extract combination of thyme herb and ivy leaves and matched placebo in adults suffering from acute bronchitis with productive cough. *Arzneimittel-Forschung (Drug Research)* 56(9):652-660, 2006.

4) Seibel J. et al.: Bronchipret® syrup containing thyme and ivy extracts suppresses bronchoalveolar inflammation and goblet cell hyperplasia in experimental bronchoalveolitis. *Phytomedicine* 22:1172-1177, 2015.

Grâce aux cultures sans THC psychotrope, Cannabis sativa fait son grand retour. Surtout en raison des propriétés de son autre principe actif, le cannabidiol ou CBD.



IMPRESSUM D-INSIDE

Organe officiel de l'Association suisse des droguistes, Rue de Nidau 15, 2502 Bienne; info@drogistenverband.ch, www.droguerie.ch

Direction: Martin Bangerter; rédacteur en chef: Heinrich Gasser (hrg); rédacteur en chef adjoint: Lukas Fuhrer (lf); traduction: Claudia Spätig (cs), Marie-Noëlle Hofmann (mh); annonces: Heinrich Gasser (ad interim), inserate@drogistenverband.ch; conseils spécialisés: Elisabeth Huber (service scientifique), Andrea Ullius (responsable du développement de la branche); mise en page: Claudia Luginbühl; couverture: fotolia.com

Abonnements: Antonella Schilirò, téléphone 032 328 50 30, a.schiliro@drogistenverband.ch; ISSN 2297-1688; 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

4 **Cosmétique naturelle**

Les attentes des clients «economy» et «premium»

6 **DrogoCare**

Vos clients sont-ils satisfaits? Demandez-leur!

18 **Toux et bronchites**

Bien tolérés, les remèdes phytothérapeutiques conviennent aussi pour les traitements de longue durée



22 **Interview de Clemens Rüttimann**

Le CEO de Biotta SA a dépoussiéré l'ancienne entreprise familiale ces dernières années. Désormais, la marque accorde à nouveau toute son importance au commerce spécialisé

26 **Maladies infantiles**

Les maladies infantiles sont du ressort du pédiatre – mais comment reconnaître rougeole, oreillons et varicelle?



30 **Soins de la peau**

Très froid à l'extérieur, trop chaud à l'intérieur: la peau est soumise à rude épreuve en hiver

32 **Employés Droguistes Suisse**

Les articles importants de la nouvelle convention collective de travail

35 **Marché de l'emploi**

COSMÉTIQUE NATURELLE: IMPORTANCE DU CANAL SPÉCIALISÉ

Numérisation, commerce en ligne et exigences croissantes de la clientèle: voilà les défis qui attendent la branche de la cosmétique. Lors du 10^e congrès international de cosmétique naturelle, à Berlin, les spécialistes ont noué de nouveaux contacts et partagé leurs solutions.

«La cosmétique naturelle, ça pue et ça coûte cher», plaisante une slameuse invitée pour animer la soirée d'ouverture du 10^e congrès international de cosmétique naturelle à Berlin. Les applaudissements retentissent, accompagnés de quelques huées facétieuses. Mais lors du tour de ville des tendances, qui permet aux participants de visiter sept magasins de cosmétique naturelle particulièrement innovants, il apparaît que la slameuse s'est trompée.

Par exemple, chez Flowing et Amazingy, un duo de DJ a acheté des produits végétaux d'excellente qualité du segment milieu de gamme d'entreprises indépendantes. Dans le salon d'exposition, les clients peuvent organiser des manifestations, des formations ou des séances photo. Moins excentrique mais plus conviviale, voici la «Pony-Hütchen». Ce magasin aux murs bleus est rempli de livres, de plantes et de petites lampes et dégage une atmosphère cosy. Cela fleurit bon le bois et les fleurs – c'est aussi frais que les produits faits main, comme les crèmes déo. Le concept de la «Bio Compagy» intègre aussi des produits frais. Ce magasin de produits alimentaires bio, qui vend aussi de la cosmétique naturelle sur près de 100 m², attache beaucoup d'importance aux produits locaux. Les visiteurs sont tout surpris quand la directrice les emmène à l'arrière du magasin. Au lieu du bruit de la ville et du trafic, s'élève un léger bourdonnement – celui des abeilles qui, en plein milieu de Berlin, produisent du miel pour l'entreprise.

Les magasins berlinois de cosmétique naturelle ne sauraient être plus diversifiés. Mais ils ont aussi un point commun: ils misent sur l'individualité plutôt que sur le standard. Ils ont le courage d'être différents et distribuent leur large assortiment avec fierté et passion.

Un programme varié

Après le tour de ville des tendances, le congrès se tient pendant deux jours. Près de 250 représentants du commerce, de l'industrie et de la recherche se réunissent à l'Hôtel Ellington pour discuter de l'ave-

nir du marché de la cosmétique naturelle. Car la branche est en plein essor dans le monde entier. Pour beaucoup, cela signifie plus de concurrence, mais aussi de nouvelles chances. Le programme du congrès a été conçu par *Wolf Lüdge*, propriétaire et directeur des éditions allemandes *Naturkosmetik*, et par *Elfriede Dambacher*, propriétaire de la société de conseils allemande *Naturkosmetik Konzepte*. Tous deux se chargent aussi de guider les visiteurs durant la manifestation.

Une clientèle exigeante

Outre les thèmes comme le commerce équitable, le conditionnement et la gestion des marques à l'heure de l'évolution numérique, les experts abordent aussi ceux de l'essor du commerce en ligne et des nouvelles attentes des clients. *Elfriede Dambacher*: «La jeune clientèle d'aujourd'hui achète différemment que les jeunes d'autrefois. Nombreux sont ceux qui veulent une marque qui leur corresponde.» Outre la qualité, les consommateurs attachent aussi de l'importance aux valeurs des entreprises et des marques. «Les gens sont parfaitement disposés à dépenser plus d'argent pour le bon produit.» Elle recommande donc au commerce spécialisé de s'ouvrir à la nouveauté car la demande en produits cosmétiques naturels continue d'augmenter.

COSMÉTIQUE NATURELLE: QUELQUES FAITS CONCERNANT LE MARCHÉ

- La cosmétique naturelle est en plein essor en Suisse, comme le révèle un récent sondage de l'Association suisse des droguistes. Beaucoup de droguistes constatent en effet que leur clientèle achète de plus en plus de produits cosmétiques naturels.
- La concurrence est de plus en plus effrénée, car il y a toujours plus de jeunes marques sur le marché international. En Suisse, elles peinent à accéder au canal du commerce traditionnel et vendent donc leurs produits sur internet.
- Selon *Michael Carl*, développeur d'entreprises, journaliste et théologien, le segment standard va se réduire comme peau de chagrin tandis que les segments «economy» et «premium» connaîtront une belle croissance. Pour les clients «economy», le rapport prix/prestation est essentiel. Les clients «premium», eux, s'identifient plus particulièrement aux valeurs des entreprises, des marques et des produits – et cherchent donc des lieux d'achats correspondant au standing «premium».

Conception de l'assortiment

Mais quelles marques un magasin comme une droguerie doit-il inclure dans son assortiment? Faut-il constamment proposer de nouveaux produits ou rester fidèle aux marques choisies? Au terme d'une vive discussion d'experts, Wolf Lüdge, organisateur et responsable du programme du congrès, résume la situation: «Il est important qu'un commerce traditionnel ait à la fois une source de revenus fixe et une certaine marge de manœuvre.»

Beaucoup d'achats en ligne

Les shops en ligne sont très appréciés des amateurs de cosmétique naturelle. *Stefan Bures*, intervenant et directeur de la société metoda Sàrl: «Les gens sont de plus en plus nombreux à acheter des produits cosmé-

tiques sur internet.» Il estime qu'Amazon, par exemple, va réaliser ainsi un chiffre d'affaires de 250 millions d'euros en 2017. Les magasins traditionnels devraient donc aussi distribuer leurs produits en ligne. Mais le commerce traditionnel ne devrait pas avoir peur de la concurrence croissante des entreprises qui ne vendent que par internet, assure l'expert de cosmétique naturelle et consultant suisse *Moritz Aebersold*. «Le contact direct, les conseils compétents et le bon service resteront des facteurs importants pour les clients de cosmétique naturelle.» Et pour conclure, Wolf Lüdge se montre aussi confiant en l'avenir: «Ce qui est important, lors de tout changement, c'est de toujours savoir clairement qui l'on est et ce que l'on représente.»

| Vanessa Naef / trad: cs

TROIS CONSEILS POUR LES DROGUERIES

Les clients n'ont jamais été aussi exigeants qu'aujourd'hui. Comment une droguerie peut-elle connaître le succès en vendant de la cosmétique naturelle? Trois experts, qui dirigent un commerce de cosmétique naturelle, nous livrent leurs conseils.



Andreas Walter, copropriétaire du magasin de cosmétique naturelle Belladonna, à Berlin

«L'achat devrait être une expérience particulière. Il est important de bien écouter et de donner des conseils. Le client doit se sentir compris à part entière. Si, en plus, on intègre régulièrement de nouvelles marques dans l'assortiment, on gagne de nouveaux clients.»

Lucie Böhme, responsable marketing et communication ainsi que propriétaire du magasin de cosmétique naturelle Pony-Hütchen, à Berlin

«Un magasin devrait proposer des marques auxquelles les clientes et les clients peuvent s'identifier. Il faudrait aussi faire sentir l'énergie positive des gens qui se cachent derrière la marque et la leur vendre.»



Moritz Aebersold, propriétaire de la société de conseil Contura Consulting, à Bâle

«Les drogueries devraient proposer un bon mélange de marques phare et de marques de niche. En plus, les équipes de drogueries devraient connaître exactement les fabricants et les produits qu'elles vendent – afin de pouvoir conseiller leurs clients de manière compétente et donc marquer des points auprès de la clientèle.»

ET QUE PENSE LE CLIENT?

La satisfaction de la clientèle est capitale pour le succès d'une entreprise. Larissa Wild, de la droguerie Oedenhof à Wittenbach, a donc voulu savoir si ses clients étaient effectivement satisfaits de ses prestations. Pour ce faire, elle a eu recours au soutien de DrogoCare.



Directrice de droguerie, Larissa Wild a voulu savoir ce qui est important pour ses clients: «Le sondage a clairement montré qu'ils attachent beaucoup d'importance à l'amabilité du personnel et aux conseils de qualité.»

Larissa Wild dirige depuis une année la droguerie Oedenhof, à Wittenbach (SG). Elle et son équipe sont très motivées. Mais pas tout à fait ravies: il est question, depuis dix ans, de transformer le centre commercial qui abrite la droguerie. En fait, tout le complexe immobilier, droguerie comprise, n'est plus de prime jeunesse. Les outrages du temps ont laissé des traces bien visibles.

Identifier les points forts et les faiblesses

Larissa Wild a donc décidé de procéder au sondage de la satisfaction de sa clientèle. «Je voulais découvrir quels étaient nos points forts et nos faiblesses.

Je me demandais comment exploiter tout notre potentiel dans la situation actuelle, alors que nous devons encore attendre les transformations», explique la droguiste dipl. ES.

Avec *DrogoCare*, l'Association suisse des droguistes offre la possibilité de procéder de manière simple à un sondage de satisfaction de la clientèle. Un questionnaire a été élaboré avec des experts, qui tient précisément compte des aspects essentiels de la droguerie. Il permet à la fois de déterminer les habitudes d'achat des clients et de poser des questions spécifiques sur l'assortiment et le conseil.

Coûts minimes, utilisation simplissime

Le sondage est réalisé avec la plate-forme en ligne SurveyMonkey. Pour 125 francs, la droguerie reçoit un questionnaire individualisé en format PDF (à imprimer et distribuer aux clients) et les liens permettant de mettre le sondage en ligne sur son site ou des médias sociaux. Sur demande et moyennant un petit supplément, il est possible d'inclure des questions individuelles.

Les moyens qu'une droguerie doit investir pour procéder à ce sondage sont minimes. «J'ai trouvé ça très simple au niveau de l'utilisation. J'ai envoyé un mail à l'ASD et, quelques jours plus tard, j'ai pu commencer le sondage. Si j'avais dû concevoir moi-même le questionnaire, j'y serais encore», assure Larissa Wild.

Un présent pour plus de retours

Pour qu'un sondage soit représentatif, il faut qu'il y ait au moins 30, mieux encore 50 questionnaires remplis correctement. La droguerie Oedenhof a remis des cartes de visite avec un code QR pour accéder au sondage à ses clients. Ils ont ainsi pu y répondre en ligne, installés tranquillement chez eux. Chaque client qui a ensuite imprimé ou photographié la dernière page du sondage a reçu un petit cadeau. «Je suis ravie de voir combien de clientes et clients ont participé spontanément. Il n'a même pas été nécessaire de persuader les clients habituels. Quant aux personnes âgées, nous leur avons donné le sondage sous forme imprimée puis saisi nous-mêmes leurs réponses dans le formulaire en ligne», explique la directrice de la droguerie.

Un sondage sur tous les canaux

Avec SurveyMonkey, le sondage *DrogoCare* est accessible sur de nombreux canaux. Nous avons déjà mentionné le site internet de la droguerie et les médias sociaux. Une autre possibilité consiste à envoyer le lien pour accéder au sondage via la newsletter de la droguerie. Ou à remettre une carte de visite avec le code QR du sondage, ce qui permet en outre de discuter directement avec les clients. Si l'on veut s'adresser à de nouveaux clients, on peut également distribuer les cartes de visite dans les boîtes aux lettres du quartier. Enfin, placer une petite annonce dans la feuille officielle locale peut également augmenter significativement le nombre des participants.

Une fois le sondage terminé, il est analysé. Larissa Wild est aussi très satisfaite de ce service: «L'analyse que nous avons reçue est très claire et les ré-



DER SCHUH PASST

Patrick Buchs
Falken Drogerie, St. Gallen



swidro
zusammen erfolgreich

jetzt-zur-swidro.ch

sultats sont immédiatement compréhensibles. Naturellement, il faut ensuite étudier et évaluer ces différents résultats.»

Des résultats inédits ou confirmés

Le sondage de la droguerie Oedenhof de Wittenbach a mis en évidence quelques points importants. «L'équipe constitue notre capital. Le sondage montre clairement que les clients attachent beaucoup d'importance à l'amabilité du personnel et aux conseils de qualité. Dans ce domaine, nous avons heureusement obtenu d'excellents résultats», se réjouit Larissa Wild.

Dans d'autres domaines, le sondage a confirmé ses propres observations: la droguerie Oedenhof est appréciée des clients pour son assortiment santé. L'intérêt pour l'assortiment beauté de cette droguerie de centre commercial n'est que marginal. Enfin, les clients viennent avec des besoins précis et non pour découvrir des nouveautés.

Discuter des résultats avec l'équipe

Investir dans un tel sondage ne sert à rien si l'équipe ne discute pas ensuite de ses conclusions. «Nous avons organisé une formation pour discuter en détail des résultats et des mesures à prendre. Notre équipe a été très bien évaluée et mes collaborateurs doivent aussi le savoir. De tels feed-back sont très motivants», souligne Larissa Wild.

Larissa Wild et son équipe ont reçu une nouvelle réjouissante durant la phase de réalisation du sondage: la rénovation du centre est imminente, les travaux devraient commencer sous peu. Les résultats du sondage *DrogoCare* peuvent donc aussi servir à la conception du nouveau magasin. «Nous avons remarqué que nous avons encore du potentiel dans le secteur de la beauté. Nous en tiendrons compte dans la nouvelle planification de l'assortiment. Et nous voulons aussi plus motiver nos clients à chercher de nouvelles inspirations

dans notre magasin. Pour ce faire, nous allons installer des oasis de bien-être», confie notre interlocutrice.

Ne pas perdre son sens critique

Les personnes qui travaillent tous les jours en droguerie risquent, à terme, de ne plus être objectives. Tantôt elles se surestiment, tantôt elles se sous-estiment. Et souvent, les réactions personnelles des clients sont prises comme un feedback général et non pas considérées comme des critiques individuelles. Raison pour laquelle l'Association suisse des droguistes recommande de procéder à ce sondage sur la satisfaction de la clientèle. Pour débiter ce projet, il est intéressant de faire une autoévaluation. On peut ainsi, à la fin, comparer l'image que l'on a de soi avec celle qu'en ont les clients.

| Andrea Ullius / trad: cs

> EN SAVOIR PLUS

Découvrez un exemple des questions permettant de mesurer la satisfaction de votre clientèle (attention: ce questionnaire analogique est un exemple ancien qui n'est plus utilisé).

LES POINTS IMPORTANTS DU SONDAGE DROGOCARE

Une fois passé commande du sondage en ligne à l'ASD, il faut compter une semaine pour l'individualisation du document et pour la mise à disposition du lien. Les drogueries qui aimeraient intégrer leurs propres questions peuvent le faire en les transmettant entièrement formulées à l'ASD – les coûts s'élèvent à 10 francs par question. Le sondage est activé 90 jours, puis il est désactivé et ses résultats analysés. Les résultats sont ensuite transmis à la droguerie, en format PDF ou, sur demande, en tableau Excel. Les drogueries qui procèdent au sondage de satisfaction de la clientèle DrogoCare se voient attribuer 10 points dans l'évaluation DrogoThèque. Les points sont valables pour l'évaluation actuelle.

Si vous avez des questions concernant l'utilisation ou l'analyse des résultats du sondage ou souhaitez passer commande, vous pouvez vous adresser directement à *Andrea Ullius*, responsable du développement de la branche. E-mail: a.ullius@drogistenverband.ch

ÉTATS ANXIEUX,
TENSION NERVEUSE ?

PUBLIREPORTAGE

Sédatif PC®

pour vous apaiser au quotidien



LE STRESS VOUS GAGNE ?

Surcharge de travail, course contre la montre pour concilier vie de parents et vie professionnelle, période d'examens, embouteillages quotidiens... Nous avons tous 1 000 raisons d'être stressés.

Le stress est ressenti lorsqu'un déséquilibre est perçu entre ce qui est exigé d'une personne et les ressources dont elle dispose pour répondre à ces exigences. Ce déséquilibre est vécu comme quelque chose de désagréable et peut entraver la sensation de bien-être. (Zapf & Semmer 2004)¹

APPRENDRE À RECONNAÎTRE LES SYMPTÔMES DU STRESS

Sollicité par le stress, notre organisme nous envoie divers signaux d'alarme. De nature physique, psychique ou comportementale, ces réactions sont très individuelles. C'est peut-être une des raisons qui fait que le stress n'est souvent pas identifié à première vue comme la cause de ces troubles. Et pourtant, il peut être à l'origine de ces différents maux. De ce fait, il est très important de se référer à tous les symptômes. Il est essentiel de ne pas négliger l'influence mutuelle du corps et de l'esprit afin d'adopter le traitement adéquat au plus vite.

AGISSEZ AU PLUS VITE ...

Adoptez un style de vie correct

- Choisissez une **alimentation équilibrée**
- Pratiquez une **activité physique** : yoga, vélo, natation, promenades en plein air
- Maintenez un **horaire de sommeil régulier**
- Éviter les stimulants : tabac, alcool, café, etc.
- Faites des pauses sans votre téléphone mobile.
(Il est l'une des sources de stress les plus importantes et sous-estimées de nos jours.)

INDICATION : Lors d'états anxieux et de tension nerveuse.

- ✓ Sans restriction d'âge ou d'usage*
- ✓ Sans accoutumance*
- ✓ Sans somnolence diurne*
- ✓ Sans altération des capacités intellectuelles ou de la concentration*

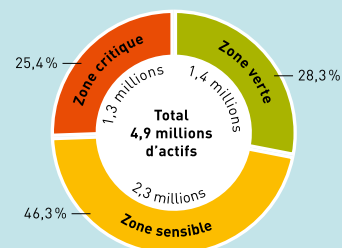
*connus à ce jour.

Une posologie simple : Sucrer 2 comprimés toutes les 2 heures.

Les comprimés de saveur légèrement sucrée peuvent être sucés ou écrasés dans un peu d'eau.



1 personne active sur 4 (25,4 %) éprouve du stress¹



Les jeunes collaborateurs sont plus souvent stressés et épuisés¹

6 % de la population souffre d'une dépression²

1 : Job Stress Index 2016

2 : <https://www.beobachter.ch/arbeitsgeber/schweizerische-gesundheitsbefragung-viele-schweizer-fuehlen-sich-im-job-gestresst>

L'homéopathie pour soulager les symptômes

L'homéopathie est une thérapeutique respectueuse de notre organisme. De plus en plus de patients lui font confiance et l'utilisent, ceci à l'aide de produits d'automédication ou en parallèle d'un traitement plus individuel, plus complet, prescrit par un homéopathe.

Sédatif PC® constitue une solution d'automédication valable pour traiter les états anxieux et la tension nerveuse.

Sédatif PC® pour vous apaiser au quotidien et retrouver votre équilibre.

La prise de Sédatif PC® est très facile. Ce médicament se présente sous forme de comprimés à sucer. La prise ne nécessite ni liquide ou cuillère. Sédatif PC® est disponible en emballage de 40 ou 90 comprimés.



MÉDICAMENT
HOMÉOPATHIQUE



Boiron SA - 3007 Berne



LE GRAND RETOUR DE LA PLANTE MÉDICINALE CANNABIS SATIVA

Utilisée des millénaires durant comme plante de culture et plante médicinale, Cannabis sativa fait son grand retour. Les nouvelles variétés pauvres en THC n'ont plus d'effets psychotropes, mais devraient présenter d'autres qualités grâce au principe actif cannabidiol, plus connu sous le nom de CBD.

Le chanvre CBD est à la mode: les jeunes fument cette plante qui, grâce à des cultures spéciales, ne contient plus de THC psychotrope, pour se donner un genre, les grands-mères avalent des gouttes de CBD pour mieux dormir et tous les groupes d'âges expérimentent les préparations de CBD pour calmer leurs troubles, des douleurs dans la nuque à l'asthme. Il ne se passe pratiquement pas un jour sans que le cannabis fasse les gros titres de journaux gratuits et de sites internet. Avec des perles: on a pu lire que des policiers pouvaient à présent fumer du chanvre pendant les heures de service – puisque le chanvre CBD n'a pas l'effet d'un stupéfiant. Ou que des piscines ont interdit la consommation de chanvre CBD cet été au motif que cela importunait certains visiteurs. Les médias allemands ont même prétendu que la Suisse était désormais une nouvelle Amsterdam et que la consommation de cannabis y était légale, comme dans la métropole néerlandaise. Toujours est-il que Cannabis sativa, plante utilisée des millénaires durant en agriculture et en médecine, fait aujourd'hui son grand retour – aussi dans les drogueries et pharmacies.

Les consommateurs découvrent le chanvre CBD

La plupart des discussions concernant le cannabis portent actuellement sur un chanvre qui, par sélection, présente une teneur particulièrement élevée en cannabidiol. Le cannabidiol, ou CBD, est un des quelque 100 cannabinoïdes que l'on trouve dans Cannabis sativa. Les caractéristiques déterminantes de ce chanvre portent non seulement sur ce qu'il contient mais aussi sur ce qu'il ne contient pas: une culture sélective de la plante a en effet permis d'éliminer le principe actif naturel le plus important de Cannabis sativa, à savoir le tétrahydrocannabinol (THC). Sa présence se limite à des contaminants en quantités infimes. Or le principe actif THC a des effets psychotropes. C'est à cause de lui que le cannabis avec une teneur en THC supérieure à 1 % est soumis à la loi sur les stupéfiants et que sa consommation est prohibée.

Si jusqu'à présent la plupart des consommateurs fumaient un joint pour ses effets stupéfiants et risquaient, ce faisant, une amende, les consommateurs de CBD peuvent aujourd'hui fumer en toute impuni-



Le principe actif CBD du cannabis est encore trop peu étudié pour pouvoir faire des affirmations définitives sur son efficacité thérapeutique.

Triofan®

Rhume



Respirer librement
grâce à la **double action**:

1. Libère le nez rapidement en l'espace de 3 à 5 minutes
2. Réduit et fluidifie le mucus nasal épais



Triofan® Rhume sans conservant

C: Adultes et enfants dès 6 ans: 1 ml contient: 1 mg chlorhydrate de xylométazoline, 10 mg carbocistéine. Nourrissons et enfants jusqu'à 6 ans: 1 ml contient: 0,5 mg chlorhydrate de xylométazoline, 5 mg carbocistéine. **I:** rhume de diverses natures, rhinite, sinusite. **P:** adultes et enfants dès 6 ans: 3-4 x/jour. 1 nébulisation dans chaque narine; enfants jusqu'à 6 ans: 2-3 x/jour; nourrissons: 1-2 x/jour. **CI:** hypersensibilité à l'un des composants, après certaines interventions chirurgicales ORL, glaucome à angle aigu, rhinitis sèche. **P:** Ne doit pas être appliqué pendant plus de 5-7 jours sans avis médical. A utiliser avec précaution en cas d'hypertension artérielle, de maladies cardiovasculaires, d'hyperthyroïdie ou de diabète sucré. Une dose trop élevée de xylométazoline peut provoquer chez les enfants une dépression du SNC. **G/A:** Ne devrait pas être utilisé pendant la grossesse. A utiliser avec prudence pendant l'allaitement. **EI:** Occasionnellement: irritations transitoires. **P:** spray-doseur pour adultes et enfants à partir de 6 ans (**liste D**); spray-doseur pour nourrissons et enfants jusqu'à 6 ans (**liste C**). Informations détaillées: www.swissmedinfo.ch. **TA:** Vifor Consumer Health SA • 1752 Villars-sur-Glâne.

Vifor Consumer Health

Vifor Consumer Health SA • CH-1752 Villars-sur-Glâne

té. Et le goût est toujours là, car les fleurs séchées de la plante femelle ont pratiquement le même goût que le chanvre qui contient du THC. Quant au CBD, s'il n'a pas de propriété psychotrope, il devrait quand même procurer un effet calmant. On trouve maintenant dans les villes suisses de nombreux magasins de chanvre qui proposent du cannabis CBD propre à la consommation. Récemment, une chaîne de kiosques a même intégré des produits de cannabis légal à son assortiment, à savoir des produits enregistrés comme substituts nicotiniques. En plus, de nombreuses échoppes proposent quantité de produits transformés, comme les gouttes ou les pommades. Quant aux fabricants, ils commercialisent leurs produits dans leurs propres points de vente, des shops en ligne et même le canal du commerce spécialisé.

Les produits CBD ne sont pas des médicaments. Le principe actif le plus important de Cannabis sativa, le psychotrope THC, est bien étudié. Des études confirment notamment ses effets analgésiques, antiasthmiques et sédatifs (voir texte page 16). En Suisse, seule une préparation avec du cannabis THC est actuellement au bénéfice d'une autorisation de l'Institut suisse des produits thérapeutiques Swissmedic. Il s'agit d'un produit utilisé en cas de spasticité modérée à sévère due à une sclérose en plaques. La situation est un peu différente concernant le CBD: la deuxième principale substance active fait actuellement l'objet de recherches, mais il n'y a pas encore de résultats certifiés quant à son efficacité thérapeutique chez l'être humain. D'où ce constat: les produits au CBD ne sont pas des produits thérapeutiques. Les études d'observation suggèrent toutefois que le CBD

a certaines propriétés qui pourraient être utilisées sur le plan médical. Chez *Marcel Breu*, propriétaire de cinq drogueries en Suisse orientale, ce sont surtout les personnes souffrant de douleurs chroniques qui viennent acheter les produits au CBD qu'il fabrique lui-même. Lors du conseil, le droguiste et son équipe se réfèrent aux études qui existent sur le CBD et ses propriétés. Car voici le hic en ce qui concerne la mode actuelle du CBD: les déclarations d'ordre médical lors de la vente et de la publicité de ces produits ne sont pas autorisées, car la substance n'est pas enregistrée comme produit thérapeutique. Les produits au CBD de Marcel Breu sont donc déclarés comme denrées alimentaires.

Ce qui est permis et ce qui ne l'est pas. Swissmedic détaille les bases légales relatives à la commercialisation de produits au CBD dans un document intitulé «Produits contenant du Cannabidiol – Vue d'ensemble et aide à l'exécution». En résumé, le document rappelle que contrairement au THC, le CBD n'est pas régi par la loi sur les stupéfiants. Mais pour être autorisés à être mis sur le marché, le CBD et les produits qui en découlent doivent être conformes à la législation qui correspond à leurs utilisations prévues. Les principales formes de commercialisation des produits:

- Produits commercialisés en tant que médicaments. Selon la loi sur les produits thérapeutiques, aucun produit contenant du CBD ne peut être commercialisé comme produit thérapeutique.
- Produits commercialisés en tant que denrées alimentaires. Les produits contenant du CBD peuvent être commercialisés en tant que denrées alimentaires. Pour ce faire, il faut une autorisation

LE CHANVRE: UTILISÉ, INTERDIT, REDÉCOUVERT

Le chanvre (*Cannabis sativa*) est une des plus anciennes plantes de culture utilisée à des fins médicales. Sa première utilisation médicale est mentionnée dans une pharmacopée chinoise dont l'origine remonterait à 2800 av. J.-C.^{1,2,3}. Dans toutes les cultures, on retrouve les mêmes indications, à savoir les troubles du sommeil, les vomissements, les spasmes, l'asthme et les douleurs, contre lesquelles le chanvre s'utilise aujourd'hui encore^{3,4}. En fonction des sous-espèces, le chanvre fournit des fibres et de l'huile (chanvre utilitaire avec une faible teneur en THC) ou sert à des fins médicales ou à la fabrication de stupéfiants (forte teneur en THC). Une étude exhaustive sur le chanvre indien, publiée en 1839 par le médecin irlandais William B. O'Shaughnessy, a fait entrer le cannabis dans la médecine moderne. En France, en Grande-Bretagne, aux Etats-Unis et en Allemagne, cette utilisation médicale du chanvre s'est imposée, en particulier pour les indications relatives à la douleur, comme les migraines et les crampes menstruelles. Entre 1850 et 1950, plus de 100 médicaments à base de cannabis étaient disponibles sur le marché européen³. Les drogueries et pharmacies suisses proposaient aussi des préparations de chanvre dans leurs assortiments. La *Pharmacopoea Helvetica Editio quinta* (1936 à 1972) contenait d'ailleurs une monographie pour la teinture de cannabis. En raison de l'effet stupéfiant du chanvre contenant naturellement du THC, les Etats-Unis ont imposé après la Seconde Guerre mondiale l'interdiction générale de cette plante via l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Le cannabis n'a dès lors plus été utilisé à des fins médicales. Mais les recherches de plus en plus pointues sur les composants de la plante ces dernières décennies ont abouti à des résultats qui permettent de la réhabiliter. En effet, des études peuvent aujourd'hui démontrer les effets thérapeutiques du cannabis ou de ses différents principes actifs (voir article page 16).

NOUVEAU

La ligne **PUR** de Biomed®

a été spécialement conçue pour les consommateurs qui souhaitent prendre leurs compléments alimentaires sous une forme aussi pure que possible. Les capsules à base de cellulose ne contiennent donc ni colorants, ni arômes, ni édulcorants. Elles sont aussi exemptes de gluten, de sucre et de lactose. Elles ne contiennent par ailleurs aucun constituant d'origine animale et conviennent donc aux végétariens et aux végétaliens.



Teneur en nutriments

1 capsule: 100 mg / 4.1 mmol de magnésium
Sel de magnésium 100 % organique
(citrate de magnésium)

Posologie

Avaler 1 à 3 capsules par jour avec du liquide.
Ne pas dépasser la ration journalière recommandée.

Informations supplémentaires

Sans gluten, sans sucre, sans lactose et exempt de constituant animal. Ne contient ni colorants, ni arômes, ni édulcorants.

Présentation/pharmacode

Capsules: Boîte à 60 (7071121)

Complément alimentaire



Teneur en nutriments

1 capsule: 10 mg de zinc et 80 mg de vitamine C

Posologie

Avaler 1 capsule par jour avec du liquide.
Ne pas dépasser la ration journalière recommandée.

Informations supplémentaires

Sans gluten, sans sucre, sans lactose et exempt de constituant animal. Ne contient ni colorants, ni arômes, ni édulcorants.

Présentation/pharmacode

Capsules: Boîte à 60 (7071109)

Complément alimentaire



Teneur en nutriments

1 capsule: 10 mg de fer et 80 mg de vitamine C

Posologie

Avaler 1 capsule par jour avec du liquide.
Ne pas dépasser la ration journalière recommandée.

Informations supplémentaires

Sans gluten, sans sucre, sans lactose et exempt de constituant animal. Ne contient ni colorants, ni arômes, ni édulcorants.

Présentation/pharmacode

Capsules: Boîte à 60 (7071115)

Complément alimentaire

de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires. La teneur maximale de THC comme contaminant ne doit pas dépasser 1 %.

- Produits commercialisés en tant que cosmétiques. Le cannabis figure comme substance interdite dans le règlement européen n° 1223/2009 sur les cosmétiques. En conséquence, le principe actif CBD est aussi interdit dans les cosmétiques. Sont exclus de cette interdiction les graines de chanvre et les feuilles qui ne sont pas accompagnées des sommités.

Pas encore de monographie reconnue par Swissmedic

Lors des conférences spécialisées sur le cannabis, *Alexander Klöti*, responsable opérations COO de Hänseler SA, constate que la pression croît au niveau européen pour qu'il y ait une monographie positive du cannabidiol. Hänseler SA, qui approvisionne le commerce spécialisé suisse avec des matières premières, s'occupe intensément du chanvre et du CBD. «Nous voyons de nombreuses possibilités d'utiliser le cannabis. Dans l'idéal, nous aimerions commercialiser le CBD comme produit pharmaceutique, pour que les drogueries et les pharmacies puissent l'intégrer dans leurs formules magistrales», explique Alexander Klöti. Mais pour ce faire, la substance a besoin d'une monographie dans une pharmacopée reconnue par Swissmedic, à savoir la Pharmacopoea Helvetica, la Pharmacopoea Europaea ou la Pharmacopée homéopathique (HAB). «Dès qu'une monographie pour le CBD sera homologuée sur le plan européen, nous pourrions proposer ce produit au commerce spécialisé», précise Alexander Klöti. Le commerce spécialisé est-il donc le bon canal pour les produits au CBD? «Quand il s'agit de préparations autorisées: certainement! Le CBD est un principe actif puissant, il a besoin de conseils professionnels», souligne Alexander Klöti.

Dans ses locaux, Hänseler SA ne dispose pas seulement de CBD pur pour ses propres recherches mais aussi de chanvre contenant du THC. L'entreprise produit en effet un extrait de cannabis médical pour une pharmacie suisse, qui l'utilise dans une formule magistrale. Légalement, cela n'est possible qu'avec toute une série d'autorisations exceptionnelles de l'Office fédéral de la santé publique. Dans ce cas, le cannabis bénéficie d'une autorisation pour application médicale limitée pour stupéfiants. «En pharmacie, seuls les patients qui ont déjà épuisé toutes les voies thérapeutiques

peuvent recevoir ce produit à base de cannabis. Et bien sûr uniquement sur présentation d'une ordonnance médicale.» Le dosage thérapeutique de la formule est par ailleurs bien inférieur à la dose qui pourrait provoquer un état euphorique.

«Une chance pour cette plante médicinale»

Beaucoup de clients du droguiste Marcel Breu viennent aussi sur recommandation de leur médecin pour acheter des préparations de CBD, généralement contre les douleurs. Marcel Breu estime que le taux de réussite de ces préparations de CBD oscille entre 30 et 50 %. Il l'évalue en fonction du nombre de patients qui reviennent après un premier usage et redemandent du CBD. Depuis que Marcel Breu propose ces préparations maison dans sa droguerie, il n'a jamais eu connaissance d'un patient qui aurait ressenti des effets secondaires ou d'autres problèmes avec ce principe actif.

Comme Marcel Breu reçoit désormais des commandes de maisons de retraite, de thérapeutes, de drogueries et de pharmacies, il a développé ses capacités: avec son partenaire commercial, le droguiste *Severin Frei*, il a fondé en septembre Drogo-vita MED Sàrl, qui exploite un laboratoire mandaté pour fabriquer des produits de CBD. «Nous pouvons y produire pour les clients eux-mêmes ainsi que des spécialités de comptoir à façon», explique Marcel Breu. Les deux droguistes sont tellement convaincus du potentiel du cannabis qu'ils ont mis en place un service extérieur pour familiariser leurs collègues à cette plante médicinale traditionnelle. «Les droguistes sont les spécialistes des plantes médicinales, c'est une chance pour nous», conclut Marcel Breu.

| Lukas Fuhrer / trad: cs

➤ Lisez aussi, page suivante, l'article sur le cannabis en tant que plante médicinale.

@ VOUS AVIS NOUS INTÉRESSE

Ecrivez-nous pour nous dire ce que vous pensez du CBD et partager vos expériences sur l'utilisation du cannabis comme plante médicinale.

l.fuhrer@drogistenverband.ch

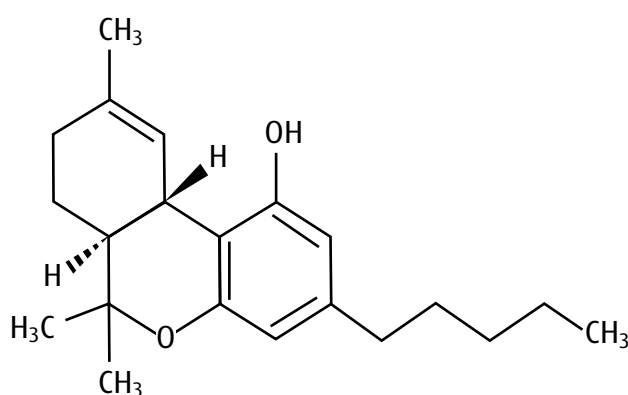
➤ EN SAVOIR PLUS

Le document «Vue d'ensemble et aide à l'exécution» de Swissmedic explique à quelles conditions les produits contenant du CBD peuvent être commercialisés.

CANNABIS SATIVA EN MÉDECINE

Le chanvre contient plus de 400 substances, donc plus de 100 cannabinoïdes différents. Son large spectre d'action s'appuie sur la multiplicité de ses mécanismes d'action, dont de nombreux reposent sur l'activation des récepteurs du système des cannabinoïdes endogène⁵. Ses principaux principes actifs sont le tétrahydrocannabinol (THC) et le cannabidiol (CBD).

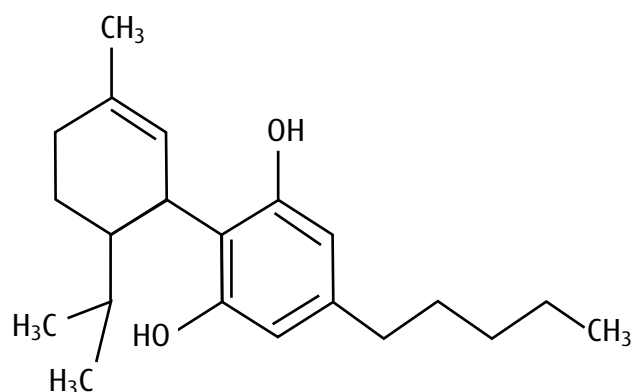
Tétrahydrocannabinol (THC)



L'effet psychoactif de Cannabis sativa s'explique par l'activation du récepteur CB1 par le tétrahydrocannabinol, principe actif qui a fait l'objet d'études pharmacologiques et cliniques. Elle inhibe la libération de neurotransmetteurs propres à l'organisme et cela produit ainsi différents effets pharmacologiques dans le corps⁵. Le THC a des effets analgésiques, spasmolytiques, antiémétiques, antiasthmiques et sédatifs. Par ailleurs, le THC abaisse la pression intra-oculaire et stimule l'appétit^{3,6}. Le chanvre avec plus de 1 % de THC est

soumis à la loi sur les produits stupéfiants. Les préparations de cannabis nécessitent donc une prescription pour narcotique et, comme le THC est aussi un stupéfiant, chaque patient doit disposer d'une autorisation de l'Office fédéral de la santé publique⁷.

Cannabidiol (CBD)



Ces dernières années, un deuxième cannabinoïde a éveillé l'intérêt de la médecine: le cannabidiol, qui n'a pas d'effet psychotrope⁶. Outre ses propriétés anxiolytiques, sédatives et antipsychotiques, on lui prête aussi des effets neuroprotecteurs, anticonvulsifs, antiémétiques et anti-inflammatoires^{4,5}. Le CBD est surtout envisagé dans le traitement d'une forme rare d'épilepsie chez les enfants⁵. Le chanvre CBD (dont le taux de THC doit être inférieur à 1 %) ainsi que le CBD pur ne sont pas soumis à la loi sur les stupéfiants mais ne sont actuellement pas autorisés pour des utilisations médicales^{8,9}. La seule exception concerne le stupéfiant autorisé Sativex®

e.nützi

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



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

Entlebucher
Drogerie,
Markus Zehnder,
Dorf,
6162 Entlebuch



pour le traitement de la sclérose en plaques avec spasticité modérée à sévère, produit fabriqué avec un extrait mou de fleurs et de feuilles de chanvre et qui contient aussi bien du CBD que du THC^{9,10}. La recherche sur le CBD en est encore à ses débuts, d'autres études sont nécessaires pour pouvoir faire des affirmations fiables sur ses effets thérapeutiques.

Huile de graines de chanvre et huile essentielle
En raison de sa forte teneur en acides gras insaturés et de son bon rapport en acides gras oméga 3 et oméga 6, l'huile de graines de chanvre peut s'utiliser en cas d'hyperlipidémie et d'artériosclérose. Grace à son effet anti-inflammatoire, cette huile convient aussi au traitement de la dermatite atopique³.

L'huile essentielle de chanvre est riche en monoterpènes (surtout des myrcènes) qui ont des effets antiviraux, bactéricides et immunostimulants, ainsi qu'en sesquiterpènes (surtout des caryophyllènes) appréciés pour leurs propriétés anti-inflammatoires et régénératrices de la peau. Par ailleurs, les sesquiterpènes ont des effets antiallergiques, immunomodulateurs et antioxydants. L'aromathérapie psychoémotionnelle recourt aux mono- et sesquiterpènes car ils ont de puissants effets calmants et renforcent la psyché^{11, 12}.

| Karoline Fotinos-Graf, pharmacienne dipl. féd., FPH en phytothérapie / trad: cs

Sources

1. Prentner, A., *Bewusstseinsverändernde Pflanzen von A-Z*. Springer-verlag, 2009
2. Fankhauser, M., Cannabis – eine neue (wiederentdeckte) Therapieoption. *pharmajournal*/18, S. 29–31, Sept. 2012
3. Bäumer, S., *Heilpflanzenpraxis heute: Arzneipflanzenporträts* (Bd. 1). Elsevier Urban & Fischer Verlag, Munich, 2012
4. Grotenhermen, F., & Müller-Vahl, K., Das therapeutische Potential von Cannabis und Cannabinoiden. *Deutsches Ärzteblatt*/109, p. 495–501, juillet 2012
5. Grotenhermen, F., & Müller-Vahl, K., Cannabis und Cannabinoide in der Medizin: Fakten und Ausblick. *Suchttherapie*, p. 71–76, 2016/17
6. Schilcher, H., Kammerer, S., & Wegener, T., *Leitfaden Phytotherapie* (4e édition.). Elsevier GmbH, Munich, 2010
7. OFSP, Office fédéral de la santé publique: application médicale limitée des stupéfiants interdits. Téléchargement du 26 août 2017 sur www.bag.admin.ch/bag/fr/home/service/gesuche-bewilligungen/ausnahmebewilligungen-verbotene-betaubungsmittel/ausnahmebewilligungen-beschaenkte-medizinische-anwendung.html
8. OFSP, www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/mensch-gesundheit/sucht/cannabis.html
9. Swissmedic: Produits contenant du Cannabidiol (CBD), vue d'ensemble. Téléchargement du 23 août 2017 sur www.swissmedic.ch/aktuell/00673/03778/index.html?lang=fr
10. Compendium. Téléchargement du 13 juillet 2017 sur compendium.ch
11. Wabner, D., & Beier, C., *Aromatherapie* (1^{re} édition.). Urban & Fischer Verlag, Munich, 2009
12. Mediavilla, V., & Steinemann, S., Essential oil of Cannabis sativa L. strains. *Journal of the International Hemp Association* 4(2), p. 80–82, 1997

WELEDA
Depuis 1921

double effet

Sirop contre la toux Weleda
Sirop
en cas de toux et de glaires épaisses
100 ml

En cas de toux irritative et de glaires épaisses
Sirop contre la toux Weleda

Sirop contre la toux Weleda | Indications: Affections aiguës des voies respiratoires pour favoriser l'expectoration et pour apaiser la toux. **Composition:** 2,5 ml (3,3 g) de sirop contiennent: Decoct. aquos. ex: 94,1 mg Thymus vulgaris, Herba sicc. et 16,5 mg Pimpinella anisum, Fructus sicc. et 11,6 mg Marrubium vulgare, Herba sicc. et 11,6 mg Thymus serpyllum, Herba sicc. et 5 mg Solanum Dulcamara, Stipites sicc. / Extr. mucilag. ex: 19,8 mg Althaea, Radix sicc. / Decoct. ethanol. ex: 0,4 mg Ipecacuanha, Radix sicc. / Drosera D2 3,3 mg / Pulsatilla vulgaris D3 0,4 mg. Adjuv.: Saccharum 2 g, Aqua purificata, Extractum Malti, Ethanolum. **Posologie:** enfants en bas âge (1–5 ans): 3 fois par jour 1,25ml–2,5ml; enfants (à partir de 6 ans) et adultes: toutes les 3 heures 5ml. Ne doit pas être utilisé chez les nourrissons âgés de moins d'un an, car il n'y a pas suffisamment d'expériences documentées. **Mises en garde et précautions:** La toux chez les enfants de moins de 2 ans doit faire l'objet d'une clarification chez le médecin. **Contre-indications:** Hypersensibilité connue à l'un des composants comme le thym ou d'autres labiacées, l'anis et des plantes à réaction croisée, comme le bouleau, l'armoise ou le céleri. **Effets secondaires:** Très rares cas de réactions d'hypersensibilité dans la région de la peau, des voies respiratoires ou du tractus gastro-intestinal. **Catégorie de remise:** D. Informations détaillées: www.swissmedicinfo.ch. Weleda SA, Arlesheim

DES PLANTES ÉPROUVÉES CONTRE LA TOUX

Avec l'arrivée de la saison froide, les refroidissements sont de nouveau légion. Les remèdes phytothérapeutiques sont parfaits pour soigner les maladies des voies respiratoires, comme la toux et la bronchite. En effet, étant bien tolérés, ils conviennent aussi aux traitements de longue durée.



De nombreuses plantes médicinales permettent de soigner la toux en calmant les quintes, en réduisant l'inflammation et en favorisant la fluidification et l'expectoration des mucosités.

La toux est une réaction physiologique de rejet du corps qui sert à éliminer des substances comme des micro-organismes, du mucus ou des corps étrangers hors des voies respiratoires. Les maladies infectieuses, comme la grippe ou les refroidissements, sont une des causes les plus fréquentes de la toux: 90 % des bronchites sont d'origine virale, mais il s'y ajoute souvent une surinfection bactérienne¹. La toux peut cependant aussi être le symptôme d'une autre maladie, par exemple d'une maladie des voies respiratoires en cas d'asthme, d'allergie ou de BPCO. Et même de pathologies cardiaques ou gastriques. Enfin, la toux peut aussi être un effet secondaire de certains médicaments (par ex. les

inhibiteurs de l'enzyme de conversion de l'angiotensine ECA).

On différencie d'une part les toux aiguës, subaiguës et chroniques et d'autre part la toux productive, avec formation de mucosités, et la toux sèche, aussi dite irritative. La toux aiguë peut durer jusqu'à trois semaines, la toux subaiguë trois à huit semaines. Au-delà de huit semaines, on parlera de toux chronique².

Antitussives et apaisantes: les drogues mucilagineuses

Au début, la toux est généralement sèche et irritante et s'accompagne souvent d'une sensation de blessure et de douleurs dans la gorge. Les drogues

mucilagineuses sont alors le remède indiqué. Les mucilages contenus dans les plantes forment une pellicule bioadhésive sur les muqueuses et déploient des effets apaisants et anti-inflammatoires. On peut notamment recourir au plantain (*Plantaginis herba*), aux feuilles ou racine de guimauve (*Althaeae fol./radix*), à la mousse d'Islande (*Cetraria islandica*) ou aux fleurs de molène (*Verbasci flos*) et de mauve (*Malvae flos*). En raison de leur large spectre d'action, le plantain et la guimauve conviennent particulièrement bien au traitement de la toux irritative. En plus, des effets antibactériens s'ajoutent encore à leurs propriétés apaisantes et anti-inflammatoires. Des recherches pharmacologiques montrent en outre que la guimauve a un effet analogue à la codéine¹.

Ces plantes médicinales s'utilisent par exemple en tisane, dans un mélange, ou en sirop (*Sirupus plantaginis/althaeae*), en pastilles à sucer (mousse d'Islande) ou même en compresse à la cire d'abeille (plantain). On fait généralement tremper les plantes mucilagineuses dans de l'eau froide ou tiède pendant 30 à 60 minutes avant de les filtrer³. On peut encore bouillir brièvement cet extrait pour réduire la présence de germes.

Les saponines sont expectorantes

Après avoir été sèche, la toux devient généralement grasse ou productive après quelques jours. A ce stade subaigu, avec augmentation des mucosités, on utilise d'abord des expectorants qui fluidifient le mucus (mucolytiques), augmentent la production de mucus liquide (sécrétolytiques) et favorisent l'évacuation des mucosités (sécrétomoteurs).

Une des drogues saponines les plus importantes contre la toux est le lierre (*Hederae helix folium*). Les feuilles de lierre sont expectorantes et sécrétolytiques mais aussi spasmolytiques et antibactériennes (notamment contre *Staphylococcus aur.*, *Bacillus subt.*, *Pseudomonas aerug.*)⁴. Cette plante médicinale est donc prédestinée au traitement des maladies spasmodiques et inflammatoires des voies respiratoires. Son effet spasmolytique est dû à la saponine alpha-hédérine, qui augmente la concentration des récepteurs bêta dans les cellules bronchiques ce qui induit une détente des muscles bronchiques ainsi qu'une augmentation de la production de surfactant⁵. Les mucosités devenant ainsi moins visqueuses sont plus fluides et peuvent être expectorées plus facilement des alvéoles pulmonaires détendues. Le lierre ne doit s'utiliser qu'en préparations prêtes à l'emploi standardisées, comme le sirop et les gouttes. Si la toux s'accom-

neo-angin® protect

En cas d'enrouement et de picotements dans la gorge.



Le **spray neo-angin® protect** soulage efficacement l'enrouement, les picotements dans la gorge, la toux ainsi que la sécheresse de la cavité buccale et de la gorge. Il humidifie les muqueuses, favorise le processus de régénération et réduit les irritations du palais dues aux allergies. Contient des composants 100 % naturels. Sans sucre. neo-angin.ch

Complexe Hydro

pagne de fortes convulsions, il est recommandé d'utiliser une combinaison de feuilles de lierre et de thym.

Les autres drogues riches en saponines sont les racines ou les fleurs de primevères (*Primulae radix/flos*) ainsi que la racine de réglisse (*Liquiritiae radix*). La primevère présente d'excellentes propriétés sécrétolytiques, sécrétomotrices et expectorantes⁵. La primevère contient en plus des dérivés d'acide acétylsalicylique⁴ qui sont antiphlogistiques et anti-inflammatoires. Comme la racine peut parfois provoquer des irritations gastriques en raison de sa forte teneur en saponines, mieux vaut commencer par utiliser les fleurs de primevères chez les enfants⁴.

Les drogues riches en huiles essentielles:
expectorantes et anti-infectieuses

Parmi les huiles essentielles qui ont fait leurs preuves contre la toux, on peut citer l'huile de fruit de fenouil (*Foeniculi fructus*) ainsi que la plus puissante huile de fruit d'anis (*Anisi fructus*). Les deux sont mucolytiques et présentent des propriétés spasmolytiques. L'anis est en outre antibactérien et antiviral⁵. Comme elles ont un goût agréable, ces deux plantes conviennent particulièrement bien aux enfants. Elles s'utilisent de préférence sous forme de tisane ou en inhalation. L'important est de broyer un peu les fruits avant de les recouvrir d'eau chaude, pour que les huiles essentielles puissent s'exhaler⁵. Pour un usage externe, les huiles essentielles peuvent parfaitement s'intégrer à un baume pour les bronches.

Le thym (*Thymi herba*) est expectorant mais présente aussi de puissants effets anti-infectieux et spas-

moytiques, ce qui permet d'y recourir en cas de toux spasmodique. Le thym peut s'administrer sous forme de tisane, de sirop ou de teinture. Son huile essentielle peut être inhalée ou intégrée à un baume pectoral. Pour les enfants, on privilégiera l'huile de thym à linalol (*Thymus off. ct linalol*) qui est plus douce. D'autres huiles essentielles, comme celle d'eucalyptus (*Eucalyptus radiata*), de myrte (*Myrtus communis*), de romarin cinéole (*Rosmarinus off. ct cineol*) ou d'arbre à thé (*Melaleuca alternifolia*) s'utilisent aussi en cas de toux productive en raison de leurs effets expectorants et anti-infectieux.

Les antiphlogistiques

L'utilisation de plantes médicinales antiphlogistiques fait sens dans tous les stades d'une bronchite aiguë, car l'inhibition de l'inflammation des muqueuses bronchiques agit indirectement sur la symptomatique de la toux. On peut notamment utiliser le plantain, les feuilles de lierre ou la racine de réglisse – pour cette dernière, l'effet anti-inflammatoire passe par l'inhibition de la synthèse des prostaglandines et de la lipoxigénase. L'inhibition de la décomposition des corticoïdes dans le foie induit également un effet corticoïde indirect⁵. Et les huiles essentielles d'eucalyptus et de thym ont aussi des effets anti-inflammatoires⁶.

Enfin, la racine de géranium du Cap (*Pelargonium sidoides*), aussi appelé Umckaloabo ce qui signifie «toux sévère» en zoulou³, convient aussi au traitement de la toux. Cette plante médicinale stimule l'épithélium cilié des voies respiratoires et présente, outre des effets antibactériens et antiviraux, de bonnes propriétés immuno-modulatrices. On peut aussi bien l'utiliser en cas d'infection aiguë qu'à long terme, entre 4 à 12 semaines, en cas de toux chronique ou récidivante³.

| Karoline Fotinos-Graf, pharmacienne
dipl. féd., FPH en phytothérapie / trad: cs

Sources

1. Bäuml, S., Heilpflanzenpraxis heute: Rezepturen und Anwendung (Vol. 2). Elsevier Urban & Fischer Verlag, Munich, 2013
2. Irwin, R., & Madison, J., The Diagnosis and Treatment of Cough, Vol. 343/23. The New England Journal of Medicine, pp. 1715-1721. (2000).
3. Bührig, U., Ell-Beiser, H., & Girsch, M., Heilpflanzen in der Kinderheilkunde. Sonntag Verlag, Stuttgart, 2008
4. Bäuml, S., Heilpflanzenpraxis heute: Arzneipflanzenporträts (Vol. 1). Elsevier Urban & Fischer Verlag, Munich, 2012
5. Schilcher, H., Kammerer, S., & Wegener, T., Leitfaden Phytotherapie (4^e éd.). Elsevier GmbH, Munich, 2010
6. Wabner, D., & Beier, C., Aromatherapie (1^{re} éd.). Urban & Fischer Verlag, Munich, 2009

La mousse d'Islande: bien connue sous forme de bonbons et appréciée pour ses effets apaisants sur la toux.



L'agitation, le stress ou les périodes de refroidissement mettent notre système immunitaire à dure épreuve.



Probiotiques contenus dans ImmunoSol direct:

- Lactobacillus rhamnosus GG
- Bifidobacterium lactis BL-04



Probiotiques et vitamine D₃



La vitamine D₃ contribue au fonctionnement normal du système immunitaire



Disponible sous forme de Direct-Sticks au goût de myrtille

Commandez dès maintenant votre boîte d'échantillons: info@immunosol.ch

Les compléments alimentaires ne remplacent pas une alimentation variée et équilibrée ni un mode de vie sain.

Streuli Pharma SA
Uznach

www.immunosol.ch

Streuli
pharma



BIOTTA: ÉLUE MARQUE DE JUS LA PLUS SAINES DE SUISSE

Le fabricant de jus de légumes et de fruits Biotta SA est bien implanté dans le commerce de détail. Lors de la restructuration de l'entreprise, son directeur Clemens Rüttimann a particulièrement veillé à avoir une bonne équipe au service extérieur, pour renforcer l'image de la marque dans les drogueries.

Clemens Rüttimann, l'entreprise Biotta SA se qualifie de pionnière du bio. Cette image est-elle encore un avantage concurrentiel? Il y a 60 ans, quand l'entreprise a commencé à produire des jus de légumes naturels, le bio était une caractéristique unique – mais il ne l'est plus aujourd'hui.

Clemens Rüttimann: Nous sommes vraiment des pionniers du bio et directement en lien avec l'agriculture écologique que *Rudolf Steiner*, son père spirituel, et le *Dr Hans Müller*, de l'Office fédéral de l'agriculture, ont créée dans les années d'après-guerre. Fasciné par ce concept, le *Dr Hugo Brandenberger*, qui dirigeait alors l'entreprise familiale Biotta, s'était rallié au mouvement d'agriculture biologique et avait commencé à cultiver des légumes bio dans la région. Nous sommes encore toujours proches des agriculteurs: 26 agriculteurs de la région produisent pour nous. La «culture bio Tägerwilen» constituait déjà

déjà une section de Bio Suisse, bien avant que l'organisation ne se dote de sections cantonales. C'est pour cela que nous nous qualifions de pionnier du bio, car nous étions déjà bio bien avant que les grands distributeurs ne prennent le train en marche.

Mais le label «bio» constitue-t-il toujours un avantage à l'heure où tout est bio?

Certainement. Biotta a réussi, au fil des générations, à développer le commerce bio. Les gens

de plus de 45 ans se souviennent certainement tous qu'il fallait avaler le jus de betterave rouge de grand-maman au moindre signe de maladie. C'était pareil pour moi. Les mères transmettaient cela à leurs enfants. La tradition s'est un peu perdue, raison pour laquelle il est important de nous moderniser. Nous avons procédé à de nombreuses adaptations de notre assortiment. Le jus de céleri n'est plus très sexy, il faut des produits pleins de saveurs, comme les mangues. Il faut aussi être très innovant et dynamique et je pense qu'en la matière, nous avons bien réussi ces dernières années.

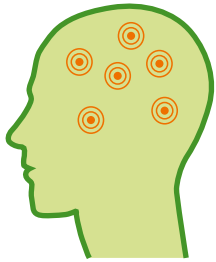
Le besoin d'innovation était visiblement urgent quand vous êtes arrivé chez Biotta SA en 2011.

Quand je suis entré chez Biotta, la marque était pour le moins poussiéreuse. L'expérience acquise dans une autre entreprise confrontée aux mêmes problèmes m'a poussé à accepter de relever le défi de Biotta. Durant les deux premières années, il a fallu assainir les finances du groupe, puis rétablir la santé de la marque, ce qui impliquait aussi de se repositionner au niveau du commerce spécialisé. Produire uniquement pour le commerce spécialisé n'est plus possible aujourd'hui, le marché suisse est trop petit. Mais ce qui est important, c'est de communiquer pourquoi on produit aussi pour Coop et Migros et les différences entre les différents assortiments. Je l'explique toujours ainsi: Coop et Migros assurent la fréquence d'achat – le commerce spécialisé, lui, assure la compétence de la marque. Et si nous agissons de manière avisée, les deux peuvent en profiter.

Le fait que la marque Biotta se trouve dans les rayons de toutes les drogueries et pharmacies suisses est une importante contribution à l'image de Biotta. C'est l'origine même de la marque et nous l'entretenons à dessein, notamment avec un service extérieur très compétent. On attribue d'ailleurs une compétence exceptionnelle à notre marque: un sondage

Clemens Rüttimann dirige depuis 2011 le groupe Thurella, dont font partie Biotta SA à Tägerwilen (TG) et le producteur allemand de jus de légumes GESA Sàrl. Biotta SA était propriété de la famille Brandenberger de 1957 à 2004, qui a fini par vendre l'entreprise à Thurella, grande entreprise de boissons de Thurgovie qui misait alors sur l'exportation et le marché de masse. Clemens Rüttimann a réorganisé le groupe et repositionné la marque Biotta, la renforçant à nouveau dans le canal du commerce spécialisé. Cet expert en gestion a occupé des postes de cadre dans plusieurs entreprises de la branche de la droguerie ces 25 dernières années.

Les maux de tête surviennent sans préavis



Maux de tête épisodiques^{1,2}

- Sensation de lourdeur ou de pression légère à modérée
- Aucune intensification suite à des tâches quotidiennes
- Conséquence de tensions musculaires associées à du stress, de l'anxiété ou des émotions
- Céphalées parfois liées à des douleurs menstruelles³



Maux de tête d'origine cervicale⁴

- Surgissent suite à une difficulté de relâchement des muscles cervicaux
- Douleurs qui s'intensifient en fin de journée
- Irradiations multiples s'accompagnant parfois de vertiges

Les maux de tête épisodiques ou d'origine cervicale sont légers à modérés. Ils peuvent durer de 30 minutes à 7 jours et la pression ressentie se présente sous forme de bandeau qui s'installe autour de la tête.

Algifor Liquid caps 400 à base d'ibuprofène
soulage les douleurs de manière ciblée.



Développé sous forme liquide et en capsule facile à avaler.

Références :

1. Aide Mémoire n°277. Avril 2016. Céphalée. www.who.int/mediacentre/factsheets/fs277/fr/
2. Internationalen Kopfschmerz-Klassifikation ICHD-2
3. Manuel Merck de diagnostic et thérapeutique. 2e édition française
4. Vademecum Clinique du diagnostic au traitement. 14e édition. V.Fattorusso. O. Ritter. Ed. Masson

Algifor Liquid caps 400 gélules à la gélatine molle. Composition: 400 mg Ibuprofenum. Excipients: Excip. pro capsula. **Indications:** Maux de tête, de dos, douleurs articulaires, tendineuses, menstruelles et dentaires, douleurs consécutives à des blessures, fièvre en cas de maladie grippale. **Dosage:** Adultes/enfants à partir de 12 ans: Dose unique: 1 gélule à la gélatine molle Algifor Liquid caps 400 toutes les 4 à 6 heures. Dose maximale en automédication: 3 gélules à la gélatine molle Algifor Liquid caps 400 (= 1200 mg d'ibuprofène) par jour, pendant 3 jours maximum. **Contre-indications:** Hypersensibilité à l'ibuprofène, aux excipients, anamnèse d'allergies après prise d'ibuprofène, d'ASS ou d'autres AINS, présence d'un ulcère de l'estomac ou du duodénum, saignements gastro-intestinaux, maladies inflammatoires des intestins, insuffisance cardiaque, hépatique ou rénale grave, 3ème trimestre de la grossesse, utilisation d'une machine cœur-poumons. Varicelle **Précautions:** Asthme, troubles gastro-intestinaux, anamnèse d'un ulcère, prise de médicaments associés à un risque élevé d'ulcère ou d'hémorragie, maladies inflammatoires des intestins, insuffisance cardiaque, hépatique ou rénale grave, troubles de la coagulation sanguine, maladie coronarienne, maladies cérébrovasculaires, occlusion artérielle périphérique, hypertension artérielle, hyperlipidémie, diabète, tabagie, 1er/2ème trimestres de la grossesse, patients très âgés. **Interactions:** Autres AINS, glucocorticoïdes, alcool, probénécide, sulfapyrazone, anticoagulants oraux, diurétiques, antihypertenseurs, digoxine, phénytoïne, lithium, méthotrexate, baclofène, quinolone, ciclosporine, mifépristone, tacrolimus, zidovudine. **Grossesse / Allaitement:** Prudence pendant le 1er et le 2ème trimestre. Contre-indiqué pendant le 3ème trimestre. Ne pas utiliser pendant l'allaitement. **Effets indésirables:** Troubles gastro-intestinaux, réactions d'hypersensibilité, maux de tête, fatigue, asthénie, réactions cutanées, vertiges, œdème, anémie par manque de fer. **Liste D.** Informations détaillées: www.swissmedinfo.ch. **Titulaire de l'autorisation:** Vifor Consumer Health SA • CH - 1752 Villars-sur-Glâne.

auprès des clients a montré que Biotta est considérée comme la marque de jus la plus saine de Suisse. Nous avons beaucoup fait pour en arriver là et joué à fond de nos compétences clés: outre le bio, la durabilité fait aussi partie de l'ADN de la marque Biotta. Cela signifie que nous travaillons avec toute la chaîne d'approvisionnement, de l'agriculteur jusqu'au client.

La durabilité est aussi un concept de marketing. Comment le consommateur peut-il savoir si un produit a effectivement été fabriqué de manière responsable?

Avant cet entretien, je vous ai montré le champ de céleri situé au bas du bâtiment de production. Une équipe de six agriculteurs l'a justement désherbé à la main ce lundi. La durabilité n'est donc pas feinte chez nous. J'ai beaucoup de respect envers les agriculteurs, ce sont les véritables héros de Biotta. Ils sont dans les champs tous les jours, par n'importe quelle température. Et je crois que les consommateurs avisés, qui s'intéressent aux produits sains, savent faire la différence entre les simulateurs, autrement dit les marques éphémères qui promettent n'importe quoi, et Biotta. Notre entreprise est synonyme de continuité. C'est ainsi que notre jus de carotte, avec des carottes bio de Suisse qui existe depuis 60 ans, est toujours et de plus en plus acheté. C'est aussi un signe de durabilité qu'un produit fasse aussi longtemps partie de l'assortiment et reste toujours aussi bon.

Dans quelle mesure le commerce spécialisé contribue-t-il à transmettre l'image d'une marque aux consommateurs?

Celui qui est habile dans le commerce spécialisé peut en profiter pour se profiler. Le thème de l'alimentation saine est un excellent domaine pour se profiler, il permet de discuter avec la clientèle, de donner des conseils. Je pense que bon nombre de drogueries ont un peu négligé leurs espaces diététiques ces 20 dernières années. Celles qui s'en rendent compte aujourd'hui parce que la demande augmente, puisque les gens ne veulent plus avaler autant de comprimés mais cherchent des alternatives naturelles, peuvent faire valoir leurs compétences en matière de conseil. Il y a d'excellents exemples de drogueries et de groupements qui se sont spécialisés dans le domaine de l'alimentation saine.

CLEMENS RÜTTIMANN
«Le fait que Biotta se trouve dans les rayons de toutes les drogueries est une importante contribution à l'image de Biotta»

Les smoothies ont constitué la grande tendance alimentaire de ces dernières années. Avez-vous bien pu vous positionner dans ce domaine?

Nous avons repris l'entreprise zurichoise de smoothies Traktor en 2012 car nous avons remarqué que les jus pasteurisés Biotta étaient certes importants, mais que la tendance des produits à l'emporter allait croissante, de même que la mode des fruits intégralement mixés – nos jus de fruits classiques sont eux décantés et pasteurisés. Mais quand quelque chose devient tendance, la concurrence augmente. Et c'est ainsi que chaque station-service propose aujourd'hui ses propres smoothies. Le marché continue d'évoluer positivement mais la concurrence a augmenté, notamment aussi

en raison de l'ouverture des marchés, par l'afflux de marchandise allemande bien moins chère sur le marché suisse. Mais nous continuons d'affirmer qu'un smoothie est un produit intéressant au niveau nutritionnel – il faut juste faire attention au fructose, car si l'on ne se nourrit que de smoothies,

cela finit par se voir sur la balance. C'est pourquoi dans nos Veggies, nous avons associé fruits et légumes: les fruits donnent la saveur et les légumes permettent de réduire la teneur en fructose.

Vous travaillez beaucoup de fruits exotiques, comme la pitaya, le corossol ou la grenade. Comment vous procurez-vous ces matières premières?

Nous avons notre propre chaîne d'approvisionnement et entretenons des partenariats de longue date avec des producteurs dans de nombreux pays. La grenade, par exemple, vient de Turquie et le corossol, de Thaïlande. Nous connaissons tous nos partenaires et leur rendons régulièrement visite. Prenons l'exemple des airelles: le jus d'airelles rouges est certainement le jus le plus fort en droguerie. Les baies sont cueillies à la main en Roumanie, dans des réserves de biosphère où elles poussent de manière sauvage. J'ai rencontré personnellement ces producteurs et nous avons fait labelliser leur entreprise bio. C'est aussi notre richesse: le fait de connaître les producteurs, que tout soit labellisé et parfaitement traçable. Je peux vous dire exactement d'où provient chacune de nos matières premières.

| Interview: Lukas Fuhrer / trad: cs

PRUDENCE, RISQUE DE CONTAGION!

Tous les parents souhaitent soulager le plus rapidement possible leur enfant quand celui-ci est malade. Mais il ne faut pas oublier de protéger le reste de la famille et ses camarades de jeu. Car de nombreuses maladies infantiles sont extrêmement contagieuses.



La fièvre peut être le premier symptôme d'une maladie infantile. Il s'agit alors de redoubler d'attention pour repérer à temps d'éventuels autres symptômes.

Si un enfant reste soudain très tranquille alors qu'il est normalement vif ou si son comportement change, alors ses parents devraient redoubler de vigilance. Il pourrait s'agir des signes précurseurs d'une maladie. Il faut observer plus attentivement l'enfant au plus tard quand il commence à avoir de la fièvre. De nombreuses personnes se rendent alors dans une droguerie pour demander conseil afin de soulager un peu leur enfant. *Daniel Jutzi*, droguiste dipl. féd. et propriétaire de la Schlossdroguerie à Oberhofen (BE), connaît cette situation. Avec les parents, il discute tout d'abord des causes possibles de la fièvre et d'autres éventuels symptômes. Daniel Jutzi suit alors le principe suivant: «Plus l'enfant est petit, plus je préfère envoyer les parents chez le pédiatre pour d'autres éclaircissements.» Seul ce dernier peut poser un diagnostic clair en cas de maladies graves. Si la fièvre est légère, Daniel Jutzi peut soulager les petits patients avec des remèdes homéopathiques. Il utilise pour cela des classiques homéopathiques comme *Beladonna*, *Aconitum* ou *Ferrum phosphoricum*. Mais, en cas de maladies infantiles, on a tendance à négliger le risque généralement élevé de contagion. Même si les parents désirent en premier lieu

une guérison rapide de leur petit, il faudrait tout de même respecter au bon moment certaines mesures de précaution pour ne pas mettre en danger l'entourage. Il faut ainsi éviter tout contact de l'enfant avec d'autres enfants pendant un certain temps, changer les linges de bain et de lit ou utiliser pendant quelques jours un spray désinfectant à la maison.

Les principales maladies infantiles

En principe, les maladies infantiles sont du ressort du pédiatre. Mais certains symptômes peuvent tout de même être soulagés avec des remèdes maison, l'homéopathie, des teintures végétales et autres préparations. Voici un aperçu des principales maladies infantiles:

Conjonctivite: les yeux coulent, sont rouges et démangent. Ils peuvent être un peu gonflés et aussi sensibles à la lumière. Au réveil, les paupières sont généralement collées par des sécrétions purulentes et visqueuses. Pour nettoyer les cils et le bord des paupières, on peut utiliser de l'eau bouillie tiède ou du thé filtré. Et pour soulager les yeux, on peut utiliser des gouttes oculaires à base d'extraits de plantes sans agents conservateurs. Daniel Jutzi recommande par exemple des gouttes homéopathiques contenant de

l'euphrase (D2 à D6) et les remèdes Hepar sulfuris (D6), Pulsatilla (D6) ou Calcium sulfuricum (D6). Il a pu constater par expérience que les parents agissent souvent mal par ignorance: «La tisane de camomille donne souvent d'autres irritations et allergies au lieu de soigner.» Mieux vaut donc plutôt rincer les yeux avec de la tisane de fenouil ou d'euphrase. Important: il faudrait d'abord filtrer la tisane à travers un mouchoir en papier pour empêcher que des particules ne pénètrent dans les yeux. «Pour les nourrissons encore allaités, le lait maternel est la meilleure solution.» Risque de contagion: très contagieuse, si elle est provoquée par des bactéries et des virus. Par précaution, éviter le contact avec d'autres enfants et prendre à la maison les mesures d'hygiène nécessaires.

Coqueluche: les symptômes ressemblent à un refroidissement. Parfois, un léger enrouement ou de la fièvre apparaissent aussi. Après environ deux semaines, les quintes de toux typiques, violentes et saccadées apparaissent. Il y a un risque d'étouffement car l'enfant ne peut plus respirer pendant une quinte. Il est donc compréhensible que les parents soient affolés. S'ils désirent soulager leur enfant à l'aide de l'homéopathie, Daniel Jutzi recommande Drosera en sirop, granules ou teinture, suivant l'âge de l'enfant. En cas de coqueluche persistante, il utilise Pertussinum (un nosode). Risque de contagion: dès l'apparition de la première toux pendant environ cinq semaines, très contagieuse au début en particulier. Le risque de contagion peut être stoppé après environ quinze jours par les antibiotiques.

Varicelle: elle commence généralement par une légère fièvre quelques jours avant les bien connus boutons. L'enfant est apathique avant d'avoir des points rouges sur le visage, la poitrine et le dos. Comme ils grattent, il s'agit d'abord de soulager les démangeaisons. On peut utiliser pour cela des mixtures, des gels ou de la poudre contenant du menthol. Conseil de Daniel Jutzi contre les démangeaisons: du petit-lait concentré à tamponner ou à ajouter dans un bain chaud (on peut aussi utiliser un peu de vinaigre de cidre). Risque de contagion: généralement deux jours avant l'apparition des premiers boutons et six jours après.

Rougeole: les premiers signes ressemblent à un refroidissement avant l'apparition, après quelques jours, d'une forte fièvre. Ils sont suivis par une conjonctivite, une éruption cutanée (qui commence derrière les oreilles et se propage ensuite à tout le corps), de même qu'un fort sentiment de malaise, des maux de tête et de la toux. Les malades ont besoin de calme, de boire beaucoup et de quelque chose aussi contre la fièvre. L'euphrase peut aider

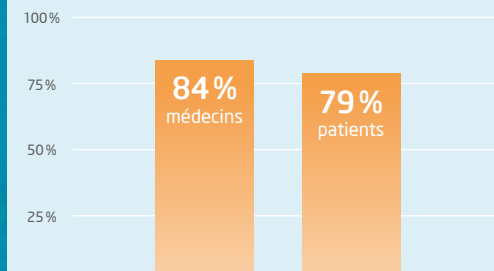




Neurodoron® comprimés

- ✓ stabilise les nerfs
- ✓ apporte la paix intérieure

Efficacité confirmée



jugent l'efficacité très bonne / bonne

Rother, C., Oexle, J.: Beobachtungsstudie Neurodoron® bei 300 Patienten mit nervöser Erschöpfung aufgrund von Stress bestätigt die Wirkung: Rund 80 % der Ärzte bewerten die Wirksamkeit mit sehr gut oder gut. Der Merkurstab, cahier 2, 2010: 171-177.

Neurodoron® comprimés | Indications: Épuisement nerveux et surmenage du système nerveux-sensoriel accompagnés de symptômes concomitants tels que nervosité, anxiété, états d'agitation, humeur dépressive, maux de tête et fatigue. **Composition:** 1 comprimé de 250 mg contient: Aurum metallicum praeparatum D10 83,3 mg / Kalium phosphoricum D6 83,3 mg / Ferrum-Quarz D2 8,3 mg. **Adjuv:** Lactosum monohydricum, Tritici amyllum, Calcii behenas. **Posologie:** Adultes et adolescents à partir de 12 ans: 1 comprimé 3 - 4 fois par jour fondre dans la bouche ou l'avaler en entier. **Contre-indications:** Hypersensibilité à l'un des composants et chez les enfants de moins de 12 ans. **Effets indésirables:** Dans de rares cas, des réactions allergiques et d'hypersensibilité de la peau accompagnées de démangeaisons peuvent survenir. Des nausées, une envie de vomir, des palpitations cardiaques et des maux de tête ont été rapportés occasionnellement. **Catégorie de remise:** D. Informations détaillées: www.swissmedinfo.ch. Weleda SA, Arlesheim

à soulager les symptômes de la conjonctivite. Risque de contagion: les virus de la rougeole sont très contagieux et peuvent se transmettre à une distance de plusieurs mètres. Le risque de contagion s'étend de trois jours environ avant le début de l'éruption jusqu'à sa disparition.

Oreillons: généralement, les oreillons touchent les enfants en âge scolaire. Les premiers signes de la maladie sont la fatigue, les maux de tête et une légère fièvre. Après quelques jours, les glandes parotides gonflent, d'un côté puis des deux, faisant remonter le lobe de l'oreille. La bouche est sèche, la mastication et la déglutition sont douloureuses. Il est donc important d'avoir une bonne hygiène buccale: par exemple rincer la bouche avec de la tisane de camomille ou de sauge. En fonction de l'état de santé, une paille peut aider à boire. L'enfant avalera plus facilement des aliments liquides comme les yaourts, de la soupe, etc. Belladonna ou Pulsatilla ont fait leurs preuves comme remèdes homéopathiques. Risque de contagion: trois jours avant et jusqu'à neuf jours après le gonflement des glandes salivaires.

Syndrome pied-main-bouche (maladie PMB): cette maladie est certes bénigne mais elle peut être extrêmement désagréable. En général, elle commence par l'apparition de symptômes grippaux comme de la fièvre, des maux de gorge et de tête, suivis par une éruption cutanée rouge qui démange près du nez et de la bouche et plus tard avec un eczéma sur les mains et les pieds. Des vésicules se forment à partir de l'eczéma. Elles peuvent être très douloureuses, en particulier les aphtes dans la bouche (langue, gencive, intérieur de la bouche). Les symptômes peuvent être soulagés si nécessaire, en particulier si l'absorption de nourriture est très difficile en raison des vésicules. Le droguiste et homéopathe Daniel Jutzi recommande de soutenir la guérison avec du soufre. En cas de fortes douleurs, un suppositoire de paracétamol peut aussi être indiqué. Risque de contagion: le contenu et la surface des vésicules sont très contagieux pendant environ dix jours. «Une bonne hygiène est très importante si d'autres enfants vivent dans la même maison», ajoute Daniel Jutzi.

| Anania Hostettler / trad: mh



Holle

Plus de 80 ans d'expérience pour, dès le plus jeune âge, construire de bonnes bases pour l'avenir.



- Des laits infantiles de haute qualité, Demeter ou bio
- Nouveau design, recettes inchangées
- Une gamme adaptée à toutes les tranches d'âge

www.holle.ch

Information importante : pour votre bébé, rien ne vaut le lait maternel. Si vous souhaitez utiliser un lait infantile, demandez conseil à votre sage-femme ou à votre pédiatre.

Remederm. Des soins intensifs pour la peau très sèche.

PROTÈGE ET HYDRATE EFFICACEMENT

De précieuses substances très concentrées soignent, protègent et hydratent la peau. Les produits Remederm sont hypoallergéniques et ont une tolérance cutanée optimale. Ils conviennent parfaitement aux bébés, aux enfants et aux personnes âgées. Disponibles en pharmacie et en droguerie aussi sans parfum.

MADE IN SWITZERLAND.



LA PEAU VICTIME DES ASSAULTS DE L'HIVER

En hiver, la peau est bien malmenée. Maladies et problèmes cutanés, comme la dermatite atopique, peuvent alors s'aggraver. Quand il fait froid, le plus grand organe de notre corps a donc besoin de soins plus riches qu'en été. Mais il y a des exceptions...



Panthermedia.n

Durant les froids mois d'hiver, la peau a besoin de soins riches en lipides. Il est aussi important de la nettoyer en douceur, pour ne pas détruire sa barrière de protection naturelle.

L'air est sec aussi bien dedans que dehors, les écarts de température sont importants et le vent est glacial: la peau n'est pas épargnée pendant la saison froide. Exposée à l'air du chauffage, la peau puise dans ses réserves pour hydrater sa surface, un processus qui la dessèche encore plus, la rendant sensible, sèche et rêche. Et l'air froid de l'hiver étant aussi sec, il ne fait qu'augmenter ce phénomène de dessèchement.

Avec un mélange hydrolipidique acide, les glandes sébacées forment une barrière de protection naturelle sur la peau. Elle stocke l'humidité de l'intérieur et assure une protection contre les bactéries ou les champignons de l'extérieur. «On affirme toujours que lorsque la température passe sous les 8 degrés, la production de ce film protecteur diminue dans la peau et que donc la protection est affaiblie», explique *Thomas Kündig*, responsable de la polyclinique dermatologique de l'Hôpital universitaire de Zurich. «Mais cela n'est pas clairement

établi.» Une chose est sûre, la peau a des besoins accrus en lipides en hiver. Et le spécialiste de mettre en garde contre des lavages trop fréquents avec des savons au pH élevé et contre les détergents synthétiques. «Ils n'éliminent

pas seulement la saleté mais en-

lèvent aussi des graisses importantes sur la peau.» Ainsi, l'objectif premier de tous les soins de la peau est de ne surtout pas détruire la barrière de protection ou alors de la restaurer. La peau, déjà malmenée et sèche en hiver, devrait donc être lavée le moins possible et avec un maximum de douceur.

De la graisse et de l'urée pour la peau sèche L'apport de lipides est aussi essentiel en hiver. Les soins devraient toujours être adaptés au type de peau. La peau sèche apprécie les huiles et crèmes riches sur une base d'eau dans l'huile. Elles forment un fin film d'isolation et de protection, protègent contre le froid et empêchent l'humidité de la peau de s'évaporer. Selon *Thomas Kündig*, les produits de soin à base d'urée sont aussi recommandés en cas de sécheresse cutanée. L'urée est une substance osmotiquement active qui pénètre dans la peau de l'extérieur, entraînant avec elle des molécules d'eau. Ceci a pour effet que la peau n'est pas sèche au toucher. Mais ces produits ne sont pas recommandés pour tout le monde. Prudence en particulier avec les enfants: «L'urée peut fortement brûler quand la peau est déjà trop sèche, crevassée ou en présence d'eczéma.» Comme alternative plus douce, le dermatologue mentionne les produits à base d'acide lactique. La plupart des lignes de soin offrent des crèmes avec des teneurs en lipides plus ou moins élevées ainsi que des lotions typiquement riches en huile.

Soigner l'acné et la dermatite atopique

Alors qu'il est recommandé d'utiliser des crèmes riches en lipides ou des huiles pour les peaux normales et sèches en hiver, la prudence est de mise en cas d'acné. Comme les hormones masculines stimulent les glandes sébacées à produire plus de sébum, il faudrait utiliser les crèmes riches avec la plus grande modération. «Mieux vaut conseiller aux personnes qui ont la peau grasse ou acnéique de garder les mêmes produits de soin en hiver pour ne pas favoriser la formation de boutons», assure Thomas Kündig.

Quant à la dermatite atopique, elle a tendance à s'aggraver en hiver. Pour les personnes dont la barrière cutanée est perturbée, la période où le chauffage fonctionne à plein régime représente un risque d'avoir plus d'eczéma et de démangeaisons car leur peau se dessèche plus vite que la peau saine. Les personnes souffrant de dermatite atopique peuvent cependant armer leur peau contre le froid. Des soins spéciaux ont été développés pour les peaux sujettes à cette dermatose: des lotions et des crèmes qui non seulement hydratent et nourrissent la peau mais lui apportent aussi des éléments constitutifs qui font défaut à la barrière cutanée en cas de dermatite atopique. Une fois cette barrière renforcée, la peau redevient plus douce, résiste mieux aux irritations et les démangeaisons diminuent. Les parties de la peau exposées au vent et aux basses températures ont toutefois besoin d'une crème avec une teneur en graisse plus élevée afin d'être protégées contre le froid.

Rosacée: éviter les savons agressifs

Si l'acné touche en général les jeunes, la rosacée apparaît seulement vers l'âge de 30 à 40 ans. La rosacée, aussi appelée couperose, est une maladie inflammatoire de la peau. Elle touche plus les femmes que les hommes, chez qui elle se manifeste toutefois de manière plus prononcée. Les rougeurs apparaissent surtout au visage, notamment sur le front, le nez, le menton et les joues. Elles s'accom-

pagent souvent de pustules, de boutons ou de dilation des capillaires. Des sensations de brûlure ou de tension sur les zones atteintes ou une certaine sécheresse cutanée sont également des signes de la maladie qui peut prendre différents degrés de gravité et différentes formes particulières. Les substances irritantes présentes dans les produits de soin, comme le savon, ainsi que la chaleur, le froid et les rayons UV peuvent aggraver la maladie. Idem pour les mets épicés, l'alcool, les boissons chaudes ou le stress psychique. Autant de facteurs qui peuvent faire légèrement rougir une peau sensible.

Selon le dermatologue Thomas Kündig, les sondages indiquent que les patients ont généralement plus de troubles en été: «On estime que des dommages chroniques dus au soleil peuvent jouer un rôle dans la survenue de la maladie.» Mais l'hiver peut aussi être désagréable pour les personnes concernées. D'où l'importance de soins adaptés. Les savons agressifs sont à éviter car ils élèvent le pH de la peau et peuvent provoquer des irritations. «Les agents actifs avec un pH de 5,0 à 5,5 et un peu d'eau tiède conviennent très bien pour nettoyer la peau», explique le dermatologue. Les personnes souffrant de couperose devraient renoncer aux lotions et autres préparations pour le visage qui contiennent du menthol, du camphre ou d'autres substances astringentes (tanins). A privilégier: les crèmes pour le visage hydrophiles, peu grasses et bien tolérées. Attention également aux émulsifiants – surtout au laurylsulfate de sodium (ou sodium lauryl sulfate SLS).

Protection solaire avec filtres physiques

Les manifestations bien visibles de la couperose provoquent aussi des souffrances émotionnelles chez les patients. Mais on peut très bien dissimuler ces rougeurs avec un bon fond de teint. D'après les études, un tel produit ne provoque pas d'aggravation de la maladie. Il est aussi important d'utiliser en toute saison une bonne protection contre les rayons UVA et UVB. De nombreux dermatologues recommandent les filtres physiques (dioxyde de titane, oxyde de zinc) plutôt que les filtres chimiques que beaucoup de patients supportent moins bien.

Enfin, peu importe que l'on ait naturellement une peau saine ou que l'on souffre d'une maladie cutanée: il est important de boire suffisamment et régulièrement, même en hiver, pour assurer une bonne vascularisation de la peau.

| Claudia Merki / trad: cs



THOMAS KÜNDIG, RESPONSABLE DE LA POLYCLINIQUE DERMATOLOGIQUE DE L'HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE ZÜRICH

«Les savons au pH élevé et les détergents synthétiques n'éliminent pas seulement la saleté mais enlèvent aussi des graisses importantes sur la peau.»

DISPOSITIONS PARTICULIÈRES DE LA NOUVELLE CCT

La convention collective de travail entrée en vigueur début 2017 a été bien accueillie par les employeurs et les employés et semble acceptée par toutes les parties. Mais tout n'est pas nouveau: il s'agit parfois simplement de préciser certaines dispositions légales.

Selon l'art. 1, la convention collective de travail a désormais un plus grand champ d'application puisqu'elle est maintenant valable pour tous les membres de l'ASD et leurs employés (qui doivent signer une déclaration d'adhésion). De ce fait, il n'y a plus différentes catégories d'employés dans les drogueries, mais bien des conditions similaires pour tous les collaborateurs. Il n'y a ainsi plus non plus de discrimination à l'embauche (il n'est plus possible de favoriser comme avant les employés qui ne sont pas assujettis à une CCT).

Horaires de travail

L'art. 24, al. 3 de la CCT précise que le travail de préparation et de rangement ainsi que le temps durant lequel l'employé se tient à disposition de l'employeur pendant la pause de midi sont réputés temps de travail et doivent être rétribués comme tels. Ceci n'est pas une nouveauté, mais cette disposition permet de clarifier précisément ce qui avait déjà cours auparavant. Selon l'art. 13, al. 1 de l'ordonnance relative à la loi sur le travail (OLT 1), est réputé temps de travail, le temps pendant lequel le travailleur doit se tenir à la disposition de l'employeur et ne peut donc disposer de son temps libre. Sur la base de ce texte de loi, il est donc clair que les travaux de préparation et de rangement constituent du temps de travail – et ne peuvent pas être considérés comme du temps libre pour les travailleurs.

En ce qui concerne la pause (de midi), durant laquelle l'employé doit se tenir à disposition dans le magasin, la situation est aussi claire au niveau légal: l'art. 15, al. 2 stipule que les pauses comptent comme travail lorsque le travailleur n'est pas autorisé à quitter sa place de travail. C'est naturellement d'autant plus valable lorsqu'il doit encore servir des clients durant ce qui devrait être sa pause. Sur la base de la loi, ce temps doit être considéré comme du temps de travail par l'employeur et donc être rétribué comme tel, indépendamment de toute CCT. Que se passe-t-il quand l'employé doit exécuter son travail ailleurs que sur son lieu de travail habituel?

Là aussi, l'art. 13, al. 2 de l'OLT 1 donne une réponse claire: si la durée ordinaire du trajet s'en trouve rallongée, le surplus de temps ainsi occasionné par rapport au trajet ordinaire est réputé temps de travail et doit être rétribué comme tel. Donc, si l'employeur vous charge de faire une livraison en partant de chez vous (et qu'il n'y a pas d'autre accord), le surplus de temps occasionné par le trajet doit être considéré comme du temps de travail. La situation est différente si vous devez faire la livraison à partir de votre lieu de travail habituel, à savoir la droguerie: toute la durée du trajet doit alors être rétribuée comme du temps de travail.

L'employeur supporte les frais liés aux déplacements professionnels

Si vous vous déplacez avec votre véhicule personnel, vous avez droit au remboursement de toutes les dépenses occasionnées par les livraisons et autres déplacements professionnels. Sont considérés comme des coûts d'exploitation et d'entretien en cas d'utilisation régulière, l'essence, le service, la réparation des dommages dus à l'usure et autres – ces derniers faisant toutefois l'objet de négociations. Il faut au préalable également régler la question de la responsabilité en cas d'accident. Le risque de dommages en cas d'accident peut aussi être indemnisé. Si tel n'est pas le cas, l'employeur n'est en règle générale pas responsable en cas d'accident lors d'un déplacement professionnel, sauf si une faute grave peut lui être imputée.

| Regula Steinemann



U ANGESTELLTE
DROGISTEN
SUISSE

WWW.DROGISTEN.ORG

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.

NOUVEAUTÉS

BOIRON SA

Nouveauté: Sédatif PC® 90 comprimés. États anxieux, tension nerveuse? Sédatif PC® pour vous apaiser au quotidien. Il s'agit d'un médicament homéopathique, adapté à tous – sans restriction d'âge ni d'usage. Une posologie simple: Sucrer 2 comprimés toutes les 2 heures. Sédatif PC® est disponible en emballage de 40 ou 90 comprimés.

www.boiron-swiss.ch



GOLOY 33

NOUVEAU: GOLOY 33 Intense Care Vitalize. Des facteurs tels que le stress, l'épuisement, les changements physiques ou les modifications des habitudes de vie peuvent affecter la peau. GOLOY 33 Intense Care Vitalize est le nouveau soin nourrissant et fortifiant pour le jour et la nuit. Des substances spécifiquement hydratantes et régénérantes protègent la peau dans les moments de fortes sollicitations.

www.goloy33.com



ESD ÉCOLE SUPÉRIEURE DE DROGUERIE HÖHERE FACHSCHULE FÜR DROGISTINNEN UND DROGISTEN



ESD-Cycle de formation 2018-20 Des perspectives pour l'avenir

Délai d'inscription pour le cycle 2018-20

Le délai d'inscription pour tous les candidat(e)s est fixé au 28 février 2018.

Journée de discussion

Nous répondrons à toutes vos questions relatives à la matière de l'examen d'admission le jeudi 8 mars 2018.

Examen d'admission

Mercredi 21 mars 2018

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.

Début du cycle 2018-20

Lundi 20 août 2018

ESD Ausbildungszyklus 2018-20 Eine Zukunft mit Perspektiven

Einschreibefrist für den Zyklus 2018-20

Die Einschreibefrist für sämtliche Kandidatinnen und Kandidaten ist der 28. Februar 2018.

Besprechungstag Aufnahmeprüfung

Wir beantworten Ihre Fragen zum Prüfungsstoff am Donnerstag, 8. März 2018.

Aufnahmeprüfung

Mittwoch, 21. März 2018

Prüfungsfächer

Arzneimittelkunde, Biologie, Chemie, Heilpflanzenkunde, Betriebs- und Verkaufskunde inkl. kaufmännisches Rechnen. Sie erhalten eine CD-ROM mit Übungsaufgaben zur Prüfungsvorbereitung. Kandidatinnen und Kandidaten mit Berufsmaturitätszeugnis oder gymnasialem Maturitätszeugnis sind von der Aufnahmeprüfung dispensiert.

Beginn des Ausbildungszyklus 2018-20

Montag, 20. August 2018

NOUVEAUX MEMBRES

Les filiales suivantes de Müller Handels SA Suisse demandent leur adhésion à l'Association suisse des droguistes et à une section:

Section Argovie

• Einkaufszentrum «Seebli»	5242 Lupfig
• Aarauerstrasse 42	5734 Reinach
• Einkaufszentrum Tivoli	8957 Spreitenbach
• Aarauerstrasse 21	5603 Staufeu (Lenzburg)
• Pfistergasse 1	4800 Zofingue

Section Berne

• Spitalgasse 26	3011 Berne
• Rue de Nidau 15	2502 Bienne
• Möslu Ost	3072 Ostermundigen
• Thun City	3600 Thoune
• Panorama-Center	3604 Thoune

Section Schwyz / Glaris:

• Einkaufszenter-Mühle	8752 Näfels
------------------------	-------------

Section Grisons

• Schulstrasse 88	7302 Landquart
-------------------	----------------

Section nord-ouest de la Suisse

• Mühlefeld Center	4702 Oensingen
• Baslerstrasse 30	4600 Olten
• Hauptgasse 50	4500 Soleure

Section Suisse orientale

• Amriville	8580 Amriswil
• Bahnhofstrasse 47/49	9470 Buchs
• Center Moos	9200 Gossau
• Vadianstrasse 29	9000 Saint-Gall
• Einkaufszenter Linth-Park	8730 Uznach
• Weidstrasse 6	9535 Wilen bei Wil

Section Suisse romande

• Gliserallee 1	3902 Brigue/Glis
• Pôle Sud, Centre commercial	1630 Bulle
• «La croisée des commerces»	2800 Delémont
• Avenue de la Gare 9-11	1920 Martigny
• Avenue du Casino 47-49	1820 Montreux

Section Suisse centrale

• Mall of Switzerland	6030 Ebikon
• Ettiswilerstrasse 25	6130 Willisau

Section Zurich/Schaffhouse

• Center Trio	8953 Dietikon
• Skyline Uster	8610 Uster
• Industriestrasse/Hofwiesstr. 4	8604 Volketswil
• Zugerstrasse 16	8820 Wädenswil
• Neugutstrasse 1	8304 Wallisellen
• Marktgasse 15	8400 Winterthour
• Center LOKwerk	8400 Winterthour

Les recours sont à adresser par écrit et fondés jusqu'au 10.11.2017 (date du timbre postal) à:
ASD, comité central, Rue de Nidau 15, 2502 Bienne.

Marché de l'emploi

Prochain délai d'insertion: **6 novembre 2017**

Envoyer les annonces électroniques à:

inseate@drogistenverband.ch



Vous êtes à la recherche d'un emploi ou avez un poste à repourvoir? Vous trouverez toutes les offres dans notre Marché de l'emploi – en ligne. Offres actuelles: www.drogistenverband.ch

Nouvelle adresse?



Indiquez-nous si vous avez déménagé, changé de travail ou souhaitez recevoir votre exemplaire de *d-inside* à une autre adresse. Le changement d'adresse doit nous parvenir jusqu'au 10 du mois pour que nous puissions vous envoyer l'édition suivante à l'adresse souhaitée.

Veuillez communiquer votre changement d'adresse à: info@drogistenverband.ch, téléphone 032 328 50 30

FREUDE AM BERUF!

Begeistertes, langjähriges Team sucht ab sofort oder nach Vereinbarung

Drogistin EFZ 80-100 %

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Dorf Drogerie Eichenberger
Kontakte: Melanie Schwyzer oder Dorothee Ehmke
Bahnhofstrasse 5, 4106 Therwil, Tel. 061 721 26 20
m.schwyzer@drogerie-eichenberger.ch
d.ehmke@drogerie-eichenberger.ch



www.drogerie-eichenberger.ch

Galexis AG – eine Gesellschaft der Galenica Gruppe mit Sitz in Niederbipp – ist marktführend in der Distribution von Pharmaprodukten und Medizinaltechnik. Das Unternehmen ist eine zuverlässige, innovative Partnerin im schweizerischen Gesundheitsmarkt und bietet seiner Kundschaft qualitativ hochstehende Dienst- und Logistikleistungen an.



Für unsere Abteilung Handel suchen wir nach Vereinbarung eine/n

DROGIST/IN ODER PHARMAASSISTENT/IN ALS EINKÄUFER/IN IM PHARMAGROSSHANDEL (80-100 %)

AUFGABENGEBIET: In dieser interessanten und vielseitigen Funktion sind Sie verantwortlich für die Betreuung und Entwicklung Ihres Lieferantenportfolios basierend auf den unternehmerischen Zielen. Zu Ihren Hauptaufgaben gehören das Vorbereiten, Führen und Nachbearbeiten von Einkaufs- und Verkaufsverhandlungen mit Lieferanten und die aktive Pflege der Pharma- und OTC-Sortimente. Sie erzielen Abschlüsse von Rahmenverträgen, akquirieren bei den Lieferanten verschiedene Marketing- und Verkaufsförderungsmassnahmen und übernehmen die Drehscheibenfunktion zwischen Beschaffungs- und Absatzmarkt. Weiter analysieren und optimieren Sie die Beschaffungs- und Arbeitsprozesse in den bestehenden Geschäftsbeziehungen.

IHR PROFIL: Sie haben eine branchenspezifische Grundausbildung (Drogist/in, Pharmaassistent/in) sowie eine abgeschlossene Weiterbildung als Drogist/in HF, zum/zur Marketingfachmann/-frau, Verkaufsfachmann/-frau, Einkäufer/in oder Betriebswirtschaftler/in HF. Sie sind eine engagierte, kommunikative, zielorientierte und verhandlungsstarke Persönlichkeit. Sie wenden effiziente Verhandlungstechniken an und platzieren Ihre Forderungen argumentationsstark, hartnäckig sowie erfolgreich – sowohl auf Deutsch als auch situativ auf Französisch und von Vorteil auch auf Englisch. Sie haben nicht nur Freude am operativen Geschäft, sondern verfügen auch über analytische Fähigkeiten und sind sicher im Umgang mit der MS-Office Palette.

WIR BIETEN: Ihnen fortschrittliche Anstellungsbedingungen (gute Sozialleistungen, Einkaufsvergünstigungen, moderne Infrastruktur usw.) sowie eine spannende Herausforderung in einem dynamischen, wachstumsorientierten Umfeld.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Wir freuen uns, Sie kennen zu lernen. Bitte senden Sie Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen an: Galexis AG, Erika Muri, Human Resources, Industriestrasse 2, Postfach, 4704 Niederbipp Tel. 058 851 70 37, erika.muri@galexis.com

Bepanthen®

Collyre

Pour soulager les yeux secs et irrités

- Humidifie et apaise les yeux secs ou irrités
- Contient de l'acide hyaluronique et du dexpanthénol
- Convient aux porteurs de lentilles de contact rigides ou souples
- Se conserve 3 mois après ouverture
- Sans conservateur



Pour de plus amples informations,
veuillez consulter
www.bepanthen.ch



Bayer (Schweiz) AG
8045 Zürich