

# DIE *neue* APOTHEKE



DAS MAGAZIN DER OBERÖSTERREICHISCHEN APOTHEKEN

AUSGABE 6  
FRÜHLING 2023

## Leicht & fit

Voller Energie und  
mit entgiftetem Körper  
in den Frühling starten

### "Kuhstallpille" und Allergiemittel

Die innovativsten und besten  
Mittel gegen Heuschnupfen

### Apothekenmuseum

Eine spannende Zeitreise  
und viele Kuriositäten



SICHERE ARZNEIMITTEL-  
VERSORGUNG

*#aufnummersicher*

WIR ARZNEITTELEXPERT:INNEN  
GEBEN ALLES FÜR EINE  
LÜCKENLOSE VERSORGUNG

[www.auf-nummer-sicher.at](http://www.auf-nummer-sicher.at)



MEINE APOTHEKERIN.  
MEIN APOTHEKER.



Mag.pharm. Monika Aichberger und Mag. pharm. Thomas W. Veitschegger Foto: Werner Harrer

## Verehrte Leserinnen und Leser!

Nach einem wahrlich herausfordernden Winter freuen sich auch die oberösterreichischen Apothekerinnen und Apotheker auf einen Frühling, der nicht nur neue Energie, frisches Grün und wärmende Sonnenstrahlen bringt, sondern hoffentlich auch endlich Entspannung auf dem Gebiet der Lieferengpässe bei Arzneimitteln. Es gibt viele verschiedene Ursachen dafür, warum die Pharmaindustrie nicht liefern kann. Dass diese Tatsache für viele Betroffene unangenehm und manchmal auch ärgerlich ist, braucht an dieser Stelle nicht betont zu werden. Als Ihre persönlichen Ansprechpartner bedanken wir uns für das entgegengebrachte Verständnis und die Geduld und tun weiterhin unser Bestes, damit Sie zu einem geeigneten Arzneimittel kommen.

Gleichzeitig schreitet der Digitalisierungsprozess weiter voran: Das e-Rezept ist vielen von Ihnen schon bekannt und zur Gewohnheit geworden. Da aber auch diese neuen Arbeitsschritte oftmals am Anfang mehr Zeit benötigen und die vorhandenen anfänglichen Systemfehler erst schrittweise beseitigt werden, braucht es da und dort noch ein wenig mehr Geduld – vor und hinter der Tara.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und informative Momente beim Durchblättern der Frühlingsausgabe Ihres oberösterreichischen Apothekenmagazins „Die neue Apotheke“.

**Mag. pharm.  
Thomas W. Veitschegger**  
Präsident der Apothekerkammer  
Oberösterreich

**Mag.pharm.  
Monika Aichberger**  
Vizepräsidentin der Apotheker-  
kammer Oberösterreich

# Frühling/23

INHALTSVERZEICHNIS



# 20-23

**Pollensaison im Anmarsch:**  
"Kuhstallpille" und Allergiemittel

- 12** **SERIE**  
**Vitamine und Mineralstoffe:**  
Frühjahrsmüdigkeit adé
- 16** **Zwischen den Zehen:**  
Wie man Fußpilz behandelt
- 18** **Kampfansage gegen Fieberbläschen:**  
Was wirkt bei Lippenherpes
- 24** **Wie wirkt ein Allergie-Pen?**  
Akuthelfer bei allergischen Reaktionen
- 26** **Haarausfall ist keine Krankheit:**  
Ursachen und Hilfe
- 38** **Weitblick gegen Engpass:**  
Apotheken meistern Lieferschwierigkeiten
- 40** **Rezeptfreie Schmerzmittel:**  
Medikamente zur Selbstbehandlung
- 44** **Kreuzworträtsel und Gewinnspiel**
- 45** **Neuheit in Ihrer Apotheke**  
e-Rezept bringt Umstellung  
und Vorteile
- 46** **Vorschau**



Seite 11

**Rosenwurz**  
ist die Arzneipflanze des Jahres.  
Die Gebirgspflanze wirkt  
gegen Stress und Erschöpfung.



# 32-37

**Apothekenmuseum:**  
Eine Zeitreise mit Kuriositäten



# 8-11

**Leicht und voller Energie**  
in den Frühling starten



# 28-31

**SERIE**  
**Heilkräuter:**  
Blasenentzündung und TEM

# Aus dem Apothekerschrank



## FIT IN DEN FRÜHLING

**Entgiftende Tees** fördern den Stoffwechsel und entwässern. Teemischungen mit Löwenzahn, Pfefferminze oder Brennessel geben neue Energie. Wichtig ist auf **gute Qualität** und geprüfte Inhaltsstoffe zu setzen. Tees aus Apotheke erfüllen hohe Produktstandards und können individuell nach Geschmack und Bedürfnis gemischt werden.

## BRENNESSEL...

... ist viel **mehr als nur Unkraut**. Das Wildkraut ist **eisenhaltig** und stärkt Konzentration und Immunabwehr. Die Brennessel kann Arthritis und Arthrose lindern und wird bei Beschwerden der Blase und der Prostata eingesetzt. Außerdem wirkt sie **gegen Übersäuerung**. Sie kann als Tee zubereitet, aber auch zum Kochen verwendet werden, etwa als Brennessel-Pesto, Brennessel-Risotto oder Brennessel-Spinat.



## SCHON GEWUSST?

Drei Tipps für die blühende Saison



### Frischluft, aber richtig

Fenster früh morgens und spät abends öffnen, wenn wenig bis keine Pollen zirkulieren.



### Unterwegs

Sonnenbrillen schützen vor Pollen. Schnelle Hilfe bei juckenden Augen bringen antiallergische Augentropfen, die in vielen Varianten rezeptfrei erhältlich sind.



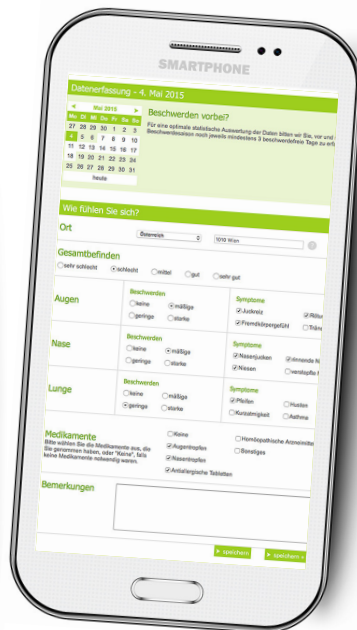
### Pollenfrei

Pollen lagern sich besonders in der Kleidung und den Haaren ab. Im Schlafzimmer sollte man sich daher nicht umziehen oder getragene Kleidung lagern. Sich abends die Haare zu waschen, reduziert die Belastung ebenfalls.

Tipp

Allergiker sollten reizarm essen. Auch bei Gewürzen gilt Achtsamkeit.





## FRÜHLINGSZEIT IST POLLENZEIT:

Auf der **kostenlosen App** werden aktuelle **Pollenbelastungen im Tagesverlauf** sowie Dreitagesprognosen übersichtlich präsentiert. Persönliche Beschwerden können in ein Pollentagebuch eingetragen werden. Das kann im Gespräch mit dem Arzt oder Apotheker die Behandlung der allergischen Beschwerden unterstützen. Ergänzt wird die App durch **Informationen zu den unterschiedlichen Allergenen** und deren Blühzeiten.

Guter Begleiter für die Pollensaison ist die App "Pollen" des österreichischen Pollenwarndienstes.

# WASSER marsch!

Genug Wasser zu trinken, ist für Körper und Wohlbefinden wichtig. **1,5 Liter am Tag** sollten es sein. Stilles Wasser ist am gesündesten. Zu Säften und zuckerhaltigen Getränken sollte man nicht täglich greifen. **Ein gesunder Durstlöcher** ist außerdem Wasser mit Zitronenscheiben, Minze oder einer Handvoll Beeren. Prickelndes Mineralwasser ist mit Vorsicht zu genießen, denn es kann zu Blähungen und Sodbrennen führen.



## NASENDUSCHE

Richtig durchatmen bei Allergiesymptomen, macht eine Nasendusche mit hypertoner Kochsalzlösung möglich. Pollen, Staub und körpereigene Botenstoffe werden aus der Nase gespült. In der Apotheke in Ihrer Nähe erhalten Sie das passende Produkt und Beratung zur richtigen Anwendung.



Leicht und  
voller Energie  
***in den Frühling***



## Detox ist mehr als ein Boom. Apothekerin Mag. pharm. Anna Wild aus Enns weiß, wie man den Stoffwechsel in Schwung bringt.

Text: Marlene Müllleder, MA



**D**etox, Heilfasten und entgiften liegen im Trend, sind aber mehr als nur eine Modeerscheinung. Egal wie man es nennt: Wer den Entschluss fasst sich bewusst zu ernähren, Genussmittel wie Kaffee, Alkohol, Nikotin, Süßes oder Junk-Food aus seinem Essensplan streicht, der wird die belebende Wirkung schon nach kurzer Zeit spüren können. Beim Entgiften kann man den Körper aktiv unterstützen.

### Warum entgiften?

Im menschlichen Körper entstehen überflüssige oder schädliche Substanzen wie etwa Milchsäure (Laktat), Harnsäure in Gewebe und Blut, Cholesterin oder Abbauprodukte von Medikamenten. Diese Giftstoffe und Stoffwechselprodukte sammeln sich im Fettgewebe an und müssen ausgeschieden werden, um dem Körper nicht zu schaden. Das übernehmen die Ausscheidungsorgane Leber, Galle und Niere. Auch über die Haut werden Giftstoffe und Stoffwechselprodukte ausgeschieden. Es ergibt Sinn, die Organe mit einem Detox-Plan bestmöglich bei ihrer Funktion zu unterstützen, um dem Winterspeck den Kampf anzusagen, den Stoffwechsel anzukurbeln und den Körper wieder auf eine gesunde Basis zu stellen. Detox ist dabei als ein ganzheitliches Programm zu sehen, das Körper und Geist gleichermaßen reinigt.

**"Als Verbrennungsturbo für überflüssige Kilos dient viel Bewegung, um Stoffwechsel und Kreislauf in Schwung zu halten."**

Mag. pharm. Anna Wild, Apothekerin in Enns

### Entschlacken, entsäuern, Darmbakterien

Apothekerin Mag. pharm. Anna Wild aus Enns empfiehlt eine Frühjahrskur für den Darm in drei Schritten: Entschlacken, entsäuern und Darmbakterien ergänzen. „Zum Entschlacken eignet sich ein Elixier zur Aktivierung der Ver-

dauung,“ so die Expertin. Pflanzen- und Kräuterextrakte sowie Mikroorganismen unterstützen dabei die Ausscheidung von Schlacken und Abfallstoffen. „Mit Basenkapseln oder Basenpulver wird der Körper entsäuert. Für eine verbesserte Stoffwechselfunktion braucht das Darmmikrobiom die Besiedelung mit den richtigen Darmbakterien“, ergänzt Wild. In der Apotheke gibt es hochwertige, aufeinander abgestimmte probiotische Bakterienmischungen, die den Darm wieder in Schwung bringen.

### Wichtig für den Detox-Plan

**Viel trinken:** Kräuterteemischungen in Arzneibuchqualität unterstützen den Körper beim Ausscheiden von Schadstoffen. Mag. pharm. Anna Wild empfiehlt Tees aus Löwenzahnblättern oder -wurzeln, Brennnesselblättern, Bruchkraut, Artischockenkraut, Mariendistel und Curcuma: „Das regt Leber und Nieren an, um Schadstoffe besser auszuscheiden. Die Pflanzenextrakte gibt es auch als Tropfen zum Einnehmen.“

**Mehr Vitamine und Antioxidantien:** Frisches Obst und Gemüse versorgen den Körper mit Vitaminen, Mineralstoffen und sekundären Pflanzenstoffen. »



## Leicht und voller Energie in den Frühling



So wird einerseits das Immunsystem gestärkt und andererseits der Alterungsprozess verlangsamt. Natürliche Antioxidantien wie Carotinoide, Flavonoide und Vitamin C schützen den Körper vor oxidativem Stress, indem sie freie Radikale neutralisieren.

### **Weniger Zucker, Fett und Alkohol:**

Softdrinks, Weißmehlprodukte und Fastfood sollten vom Speiseplan gestrichen werden. Auch auf Alkohol sollte verzichtet werden.

**Ätherische Öle:** Ätherische Öle wie Eukalyptus-, Lavendel-, Teebaum- oder Grapefruitöl eignen sich als Zusatz in

entschlackenden Salzbädern bestens um den Lymphfluss anzuregen. Die Apothekerin rät: „In Kombination mit einer Mandelöl-Massage aktiviert man die Hautdurchblutung und kann eingelagerte Schlackenstoffe besser ausscheiden. Das hilft auch gegen Cellulite.“

**Inneres Gleichgewicht:** Nicht nur der Körper sollte Ballast abwerfen, sondern auch der Geist. Tun Sie sich selbst etwas Gutes: Machen Sie einen ausgiebigen Frühlingsspaziergang, gönnen Sie sich eine wohltuende Massage oder eine entspannende Yoga-Session oder lesen Sie ein gutes Buch.



# Rosenwurz: **ARZNEIPFLANZE DES JAHRES**

Jahr für Jahr kürt die Herbal Medicinal Products Platform Austria (HMPPA) eine Heilpflanze des Jahres. Dieses Jahr fiel die Wahl auf die Gebirgspflanze Rosenwurz.

**Rosenwurz (Rhodiola rosea L.)** wirkt als Arzneipflanze gegen Stress, Erschöpfung, Konzentrationsstörungen und leichte Angststörungen. Sie senkt den Stresshormonspiegel und stimuliert den Energiestoffwechsel. Rosenwurz kann auch zur Behandlung viraler Atemwegsinfektionen eingesetzt werden. Das winterharte, mehrjährige Dickblattgewächs gedeiht in rauen Lagen, Felsspalten und am Rand von Hochmooren. Verbreitet ist die Pflanze auf der Nordhalbkugel und in den arktischen Gebieten von Europa, Asien und Nordamerika.



**PANACEO**



Jetzt  
Detox-Kur  
starten!

## Den Darm reinigen und aufbauen

Mehr Infos  
hier!



- Natürlich wirksame Darmentgiftung
- Stärkung der Darmwand
- Mehr Energie für Beruf und Alltag


**Weil echte Entgiftung  
Darmsache ist!**



SERIE:  
Vitamine und  
Mineralstoffe

# FRÜHJAHR- MÜDIGKEIT *adé*





Wer kennt sie nicht?  
Die Frühjahrsmüdigkeit!  
Apotheker Mag. pharm.  
Peter Mair gibt Tipps,  
welche Vitamine und  
Rituale helfen, um  
wieder fit zu werden.

Text: Mag. pharm. Peter Mair





„Die Sonne hilft genügend Vitamin D in der Haut zu produzieren und den Serotoninspiegel zu heben.“

Mag. pharm. Peter Mair, Apotheker in Weißkirchen  
Fotocredit: Mair

**D**er Frühling erwacht in voller Blüte, während wir Menschen uns schlapp und müde fühlen. Man findet am Morgen nicht die nötige Motivation, in den Tag zu starten und spürt auch während des Tages noch diese Abgeschlagenheit. Grund dafür ist vielfach die alljährliche Frühjahrs Müdigkeit. Es gibt verschiedene Ansatzpunkte, wie es zu diesem Phänomen kommt. Es wird vermutet, dass der Hormonhaushalt einen großen Einfluss in unseren Tag-/Nachtrhythmus hat. Die Tage werden wieder länger und die Uhren werden umgestellt. Das Schlafhormon Melatonin liegt jedoch noch immer im Überschuss in unserem Körper vor und das Glückshormon Serotonin muss erst in Fahrt kommen. Daran muss sich der Körper erst langsam gewöhnen, wobei dies in der Regel zwischen vier bis sechs Wochen dauern kann. Weiters birgt die frühmorgendliche Wärme eine zusätzliche Belastung für unser Gefäßsystem, da Hitze unsere Venen weitet und folglich weniger Sauerstoff in unseren Kopf transportiert wird. Womit kann man also Abhilfe schaffen?

## Ausgewogene Ernährung

Als allererstes achten Sie auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr, denn an heißen Tagen verliert man zusätzlich sehr viel Wasser durch Schwitzen. Verzichten Sie bei den Speisen auf große, schwere Mahlzeiten. Am besten verteilen Sie die Mahlzeiten über den Tag und ersetzen fettreiches Essen durch erste Frühlingsboten wie Karotten, Radieschen oder Bärlauch. Auch eiweißreiche Nahrungsmittel aktivieren den Körper und versorgen ihn kontinuierlich mit Energie. Wenn man immer wieder von Heißhungerattacken geplagt ist, können Multivitaminpräparate helfen, den Körper für die nötige Zeit zufrieden zu stellen. Besonderes ein Mangel an Vitalstoffen wie Vitamin C, Eisen, Zink und den B-Vitaminen verstärken die Müdigkeit.

1

## 2 Regelmäßiger Schlafrhythmus

Nur ein ausgeruhter Körper ist leistungsfähig genug um den Belastungen des Tages stand zu halten. Achten Sie auf Ihre innere Uhr und gehen Sie zu Bett, wenn Sie die ersten Boten der Müdigkeit spüren. Man sollte auch zu dünneren Decken wechseln, um nachts nicht schweißgebadet aufzuwachen. Wagen Sie doch einmal eine heiß/kalte Wechseldusche. Sie kostet zwar Überwindung, doch sie kurbelt den Kreislauf an und macht einen schwungvollen Start in den Tag möglich. Verwenden Sie zusätzlich ein vitalisierendes Duschgel mit belebenden Düften.

## Bewegung und Sonnenlicht

Ein weiterer Ansatzpunkt ist eine ausreichende Bewegung im Freien. Dabei wird das Herz-/Kreislaufsystem angeregt, um uns mit Energie und Vitalität zu versorgen. Die Sonne hilft dabei genügend Vitamin D in der Haut zu produzieren und den Serotoninspiegel zu heben. Vitamin D3 in verschiedenen Darreichungsformen und Dosierungen kann helfen den Körper auch an bewölkten Tagen zu versorgen.

3

## Entschlacken Sie Ihren Körper

4 Noch immer hängen uns die Röllchen von den ausgiebigen Mahlzeiten der Feiertage auf den Knochen und kalorienreiches Essen vor allem mit viel Zucker macht unseren Körper zusätzlich träge und langsam. Entschlackende Präparate mit Zeolith oder Basenpulver und Basentees können helfen, den Körper zu entgiften und damit fit für den Frühling zu machen.



Falls die Abgeschlagenheit und Erschöpfung über längere Zeit anhalten, sollten Sie zusammen mit einem Arzt andere Ursachen ausschließen. Denn auch Erkrankungen wie etwa eine Depression, eine Schilddrüsenunterfunktion oder andere Mangelkrankungen gehen mit Symptomen körperlicher Erschöpfung und Antriebslosigkeit einher.

# Zwischen den Zehen

Wenn es an Füßen und  
Zehen juckt, steckt  
möglicherweise  
ein Fußpilz dahinter.

**Tipp**

Beim Abtrocknen  
die Zehenzwischenräume  
nicht vergessen!



Fußpilz ist zwar nicht gefährlich, aber man fängt ihn sich schnell mal ein – besonders in Bädern oder Duschräumen, wie zum Beispiel in Sportanlagen.

Text: Marlene Müllerder, MA

**A**ls Fußpilz bezeichnet man umgangssprachlich eine Hauterkrankung der Füße und Zehen, die durch eine Gruppe spezifischer Pilze verursacht wird. „Die Infektion beginnt meist in den Zehenzwischenräumen und ist gerade zu Beginn äußerlich kaum zu erkennen“, erklärt Mag. pharm. Christine Hultsch, Apothekerin in Aschach an der Donau.

Je tiefer die Pilze in die Haut eindringen, desto augenscheinlicher werden die Symptome. Zu den Beschwerden zählen trockene oder schuppige Haut, Jucken, Brennen und Hautrisse zwischen den Zehen oder an der Fußsohle.

### Heiß und feucht

Übertragen werden Pilze entweder direkt von Haut zu Haut oder indirekt über Oberflächen. Meist fängt man sich eine Infektion im Hallen- oder Wellnessbad, einer Sauna oder im Fitnessstudio ein, denn Pilze lieben die warme und feuchte Umgebung dort. Als Vorbeugungsmaßnahme empfiehlt es sich daher, die Füße möglichst sauber und trocken zu halten – insbesondere nach dem Duschen. Außerdem trägt auch das Tragen offener Schuhe sowie das regelmäßige Wechseln der Socken dazu bei, das Risiko einer Ansteckung gering zu halten.



„Pilze lieben eine warme und feuchte Umgebung. Daher ist es wichtig, die Füße immer gut trocken zu halten.“

Mag. pharm. Christine Hultsch, Apothekerin in Aschach an der Donau.  
Foto: serybrandcommunications

### Ungefährlich, aber ansteckend

Hat man sich trotz aller Vorsicht Fußpilz eingefangen, helfen Medikamente in Form von Cremes, Salben oder Sprays, die lokal aufgetragen werden. Falls größere Hautareale betroffen sind oder in besonders hartnäckigen Fällen ist manchmal auch eine Behandlung mit Tabletten ratsam. Fußpilz ist in der Regel zwar nicht gefährlich, sollte aber behandelt werden, da er nicht von alleine verschwindet. Die Infektion kann sich nicht nur auf andere Menschen übertragen, sondern auch auf andere Körperteile ausbreiten.

### Tipps

Füße sauber, trocken und kühl halten

Nach dem Duschen und Baden immer gut abtrocknen

In öffentlichen Bädern Badeschlapfen verwenden

Luftdurchlässiges Schuhwerk tragen

Socken mindestens täglich wechseln, mit 60 Grad waschen und Naturfasern bevorzugen

Handtücher regelmäßig wechseln



# Kampfansage **gegen Fieberbläschen**

## Was ist bei Fieberbläschen beziehungsweise Lippenherpes zu tun? Apothekerin Mag. pharm. Barbara Altmann weiß, was dagegen hilft.

Text: Agnes Nöhammer



"Hilfreich für eine narbenfreie Abheilung ist der Einsatz von Hydrokolloid-Abdeckungen, sogenannte Herpes-Patches."

Mag. pharm. Barbara Altmann, Apothekerin in Ried im Innkreis Foto: Karina Maier

Fieberbläschen treten üblicherweise als Symptom einer Infektion mit dem Herpes-simplex-Virus Typ 1 auf. Ein Großteil der Bevölkerung infiziert sich bereits in frühen Kindertagen über Tröpfchen- oder Schmierinfektion", erklärt Mag. pharm. Barbara Altmann von der Neuen Stadtapotheke in Ried. Nach dieser Erstinfektion überdauert das Virus dann lebenslang in den Ganglien des Nervensystems. Von dort aus kann es durch eine Schwächung des Immunsystems, körperliche Anstrengung und Stress oder aufgrund hormoneller Schwankungen reaktiviert werden und in Form nässender und schmerzhafter Bläschen in Erscheinung treten. "Klassischerweise entstehen sie im Bereich der Lippen, in oder rund um den Mund, im Bereich des Naseneingangs. Aber auch das Auge, speziell die Hornhaut, kann betroffen sein, was durchaus mit Komplikationen verbunden sein kann", weiß die Apothekerin.

### Was hilft dagegen?

"Dem Sichtbarwerden des Lippenherpes geht ein leichtes Spannungsgefühl, Brennen oder Jucken voraus. Im weiteren Verlauf entstehen auf der geröteten, geschwollenen Haut mit hochinfektiöser Flüssigkeit gefüllte Bläschen, die nach dem Platzen im Verlauf von einer Woche gelblich verkrusten und schließlich abheilen", erläutert Alt-

mann. Spürt man bereits erste Anzeichen, wird empfohlen, Zubereitungen mit virostatistischen Komponenten wie Aciclovir oder Penciclovir anzuwenden. Daneben gibt es zur Behandlung noch weitere topische Präparate mit Docosanol oder Melissenblättereextrakte, die das Eindringen der Herpes-Viren in die Zelle verhindern sollen.

"Bei Gelen oder Cremes mit Zinksulfat steht neben der virostatistischen Wirkung der Zinkionen vor allem der adstringierende Effekt und damit die abheilende Wirkung im Vordergrund. Eine Kombination mit Heparin kann außerdem den Wirkungseintritt verkürzen", so die Expertin. Zudem gibt es noch die Möglichkeit der lokalen Hitzebehandlung mittels thermischen lippenstiftähnlichen Medizinprodukten, bei rechtzeitiger Anwendung können die schmerzhaften Bläschen vermieden werden.

### Keine Zahnpasta verwenden

Vorsicht ist bei "Geheimtipps" wie Zahnpasta oder hochprozentigem Alkohol geboten: "Der stark austrocknende Effekt hemmt die Verkrustungsphase der Bläschen und die Wundheilung wird dadurch verzögert", erläutert Altmann.

"Hilfreich für eine narbenfreie Abheilung ist der Einsatz von Hydrokolloid-Abdeckungen, sogenannte Herpes-Patches, die nicht nur das dafür notwendige ideale feuchte Wundmilieu

gewährleisten, sondern auch eine Gefahr der Verschleppung der Viren verhindern", so die Apothekerin. Auch bei ätherischen Ölen wie zum Beispiel Teebaumöl ist aufzupassen - vor allem in unverdünnter Form besteht die Gefahr von zusätzlichen Hautirritationen. Um andere vor einer Ansteckung zu schützen, die Fieberbläschen nicht aufstechen oder aufkratzen und bewusst auf die Händehygiene achten und getrennte Handtücher, Gläser et cetera verwenden. Außerdem hilft gegen eine Ausbreitung, wenn man beim Auftragen der topischen Zubereitungen Wattestäbchen verwendet, Augenkontakt vermeidet, die Kontaktlinsen gegen eine Brille tauscht und Herpes-Patches benützt.

### Wann ist der Gang zum Arzt angebracht?

"Bei bestimmten Patientengruppen wie Säuglingen beziehungsweise Kleinkindern, Schwangeren oder Stillenden und Immunsupprimierten ist bei der Manifestation von Lippenherpes stets eine ärztliche Konsultation indiziert", betont Altmann.

Auch eine Ausbreitung der Fieberbläschen in andere Bereiche, abseits der Lippe, wie beispielsweise in den Augen- oder Nasenbereich gilt als Grenze der Selbstmedikation, ebenso bei Begleiterscheinungen wie hohem Fieber oder Krankheitsgefühl.



# KAMPF GEGEN DIE POLLEN: „Kuhstall-Pille“ und Allergietabletten



Nach dem Winter ist die Freude über den Frühling vor allem bei Allergikern getrübt. Richtig vorbereitet lassen sich viele allergische Beschwerden gut in den Griff bekommen.

Text: Marlene Müllleder, MA

**R**und 16 Prozent der Österreicher leiden unter Allergien – insbesondere während der Pollensaison. Jedoch gibt es einige Möglichkeiten die Beschwerden einzudämmen.

Außerdem ist es wichtig zu wissen, worauf man allergisch ist. Ein Allergietest beim Haus- oder Facharzt gibt darüber Aufschluss. Wer weiß, worauf er überreagiert, kann diesen Allergenen so gut wie möglich aus dem Weg gehen und sich auf saisonale Beschwerden vorbereiten, bevor die Belastung steigt. Der Pollenwarndienst ([www.pollenwarndienst.at](http://www.pollenwarndienst.at)) verschafft den Allergikern dabei mit Prognosen eine gewisse Vorwarnzeit.

## „Bauernhof-Effekt“ zum Lutschen

„Auf der Suche nach einer Alternative zur Einnahme von Antiallergika, sollte man eine De- beziehungsweise Hyposensibilisierung beim Facharzt in Erwägung ziehen. Hier wird dem Immunsystem praktisch beigebracht das Allergen als harmlos zu akzeptieren“, empfiehlt Dr. Dieter Obendorf, Apotheker in Kleinmünchen/Linz. Ein Pharmaunternehmen, das Hyposensibilisierungspräparate herstellt, forscht auch an anderen Ansätzen zur kausalen Allergiebehandlung. Bei der Entwicklung eines Präparats, das im letzten Jahr auf den Markt gebracht

wurde, flossen die Erkenntnisse einer Gruppe von Wiener Forschern ein, welche den Bauernhof-Effekt untersuchten. „Dieser Bauernhof-Effekt beschreibt das schon lange bekannte Phänomen, dass Kinder, welche auf einem Bauernhof mit Rinderstall aufwachsen, kaum Allergien bekommen. Das Wiener Forscherteam konnte einen Schutzfaktor identifizieren, der beim Bauernhof-Effekt eine Rolle spielt“, erklärt Obendorf. Dabei handle es sich um einen Eiweißstoff, welcher Immunzellen dadurch besänftigt, dass er diese mithilfe von Vitamin A und Zink mit Eisen versorgt. „Dieses Protein kommt in roher, unbehandelter Kuhmilch vor, geht aber beim Pasteurisieren verloren.“



Nun kann man sich dieses in Form von Lutschtabletten zuführen“, ergänzt der Apotheker. Um einen nachhaltigen Erfolg zu erzielen, empfiehlt er eine Behandlungsdauer von drei Monaten: „Man kann jederzeit beginnen, auch in Kombination mit anderen Antiallergika. Optimal wäre mit der Behandlung noch vor der Pollensaison zu starten“.

### Orthomolekulare Therapie: Viel hilft viel?

Eine weitere alternative Behandlungsmethode von Allergien ist die orthomolekulare Therapie. Hier werden zur Behandlung die Vitamine A, C, D, E, B6, B12, Mineralstoffe wie zum Beispiel Zink, Calcium, Eisen, Magnesium, Selen, Mangan, Aminosäuren wie etwa Cystein, Taurin, Glutamin, pflanzliche Inhaltsstoffe und noch viele andere Stoffe verwendet. „Dabei werden oft sehr hohe Mengen eingesetzt, ohne dass in seriösen Studien untersucht worden wäre, wie sich diese Stoffe in dieser hohen Dosis auswirken“, zeigt sich Obendorf skeptisch. Er empfiehlt

Mangelzustände von Vitaminen und Mineralstoffen gezielt mit angepasster Dosis auszugleichen: „Man sollte nicht pauschal nach dem Motto ‚Viel hilft viel‘ vorgehen.“

### Sprays, Salben und Tabletten

Ist man den Allergenen erst einmal ausgesetzt – egal ob es sich um Pollen oder Tierhaare handelt, helfen nur mehr Antihistaminika. Die erprobten Medikamente schwächen die Wirkung von Histamin ab, indem sie die Rezeptoren der Zellen blockieren, an die sich der Botenstoff bindet. Diese Medikamente sind auch in rezeptfreien Varianten, als lokale Präparate wie Salben, Nasensprays und Augentropfen, aber auch als Tabletten erhältlich.

„Bei lokaler Anwendung gibt es zwar kaum Nebenwirkungen, aber die Wirkung ist auch oft nicht ausreichend. Daher empfehle ich lieber früher als zu spät mit der Einnahme von Tabletten zu beginnen, um die Ausprägung der typischen Allergiesymptome überall im Körper zu bremsen,“ rät der Apo-

theker. Die Nebenwirkungen, vor allem die Müdigkeit und die Beeinträchtigung der Konzentrationsfähigkeit, seien bei den neueren Wirkstoffen nur mehr sehr moderat. Er warnt davor, zu lange mit einer effektvollen Therapie zu warten, wenn es durch alternative und lokale Anwendungen zu keiner Besserung kommt: „Sonst kann aus einem Heuschnupfen schnell Asthma entstehen.“

### Pollen und Ausschlag

Pollen können auch Hautausschläge verursachen, insbesondere, wenn die natürliche Hautbarriere geschädigt ist, wie dies bei übertriebener Hygiene oder bei Neurodermitis der Fall sein kann. Typische Kontaktallergene sind üblicherweise Nickel in Modeschmuck, Latex in Gummihandschuhen oder Duftstoffe in Kosmetikprodukten. Oft sei es laut Obendorf gar nicht so einfach die Ursache eines Ekzems festzustellen: „Bei Verdacht auf ein Kontaktekzem sollte man versuchen den Übeltäter zu finden, um ihn in Zukunft meiden zu können.“



„Bei alternativer Behandlung sollte man nicht zu lange auf einen Wirkungseintritt warten, sondern sich rechtzeitig um eine effektivere Therapie umsehen, wenn es zu keiner Besserung kommt. Sonst kann aus einem Heuschnupfen sehr schnell Asthma entstehen.“

Dr. Dieter Obendorf, Apotheker  
in Kleinmünchen/Linz Credit: Obendorf

## Kleine Alltagstricks für Allergiker



Soweit möglich, sollten Allergiker den Kontakt zu Allergenen meiden



Pollenfilter für Autos, Luftreiniger für Räume sind mögliche Maßnahmen



Heuschnupfen-Geplagte sollten sich vor dem Schlafengehen die Haare waschen und häufig die Bettwäsche wechseln



Wäsche nicht im Freien trocknen

Achtung beim Lüften: Zwischen drei und vier Uhr nachts ist die Pollenbelastung am höchsten, d. h. die Fenster sollten zu diesem Zeitpunkt geschlossen sein

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



HILFSWERK



## WEIL ES UM MENSCHEN GEHT!

**Das OÖ Hilfswerk bietet Hilfe, Unterstützung und Beratung:**

im Haushalt, mobile Betreuung und Hilfe für ältere Menschen, mobiler Mittagstisch, mobile Therapie, 24-Stunden-Betreuung, Notruftelefon, mobile Frühförderung, Krabbelstube, Kindergarten, Hort,

Schülernachmittagsbetreuung für Kinder, Lernbegleitung, Projekt UPGRADE - Eingliederung von Jugendlichen in den Arbeitsmarkt. Möglichkeiten ehrenamtlicher Mitarbeit.

**Rufen Sie an, wir informieren Sie gerne!**

**Hilfswerk Servicehotline**  
**0732 – 775111**

# Wie funktioniert ein ALLERGIE-PEN?

Sollte es zu einem allergischen Schock kommen, zählt jede Sekunde. Ein Allergie-Pen kann hier zum Lebensretter werden. Wie er funktioniert und was es zu beachten gibt, wird hier erklärt.

.....  
Text: Mag. pharm. Monika Aichberger

## DIE ALLERGISCHE REAKTION

Allergische Reaktionen können durch ganz unterschiedliche Ursachen ausgelöst werden. Die häufigsten sind Bienen- und Wespenstiche, aber auch Nahrungsmittel. Bei allergischen Reaktionen kann es im schlimmsten Fall zu einem anaphylaktischen Schock kommen.

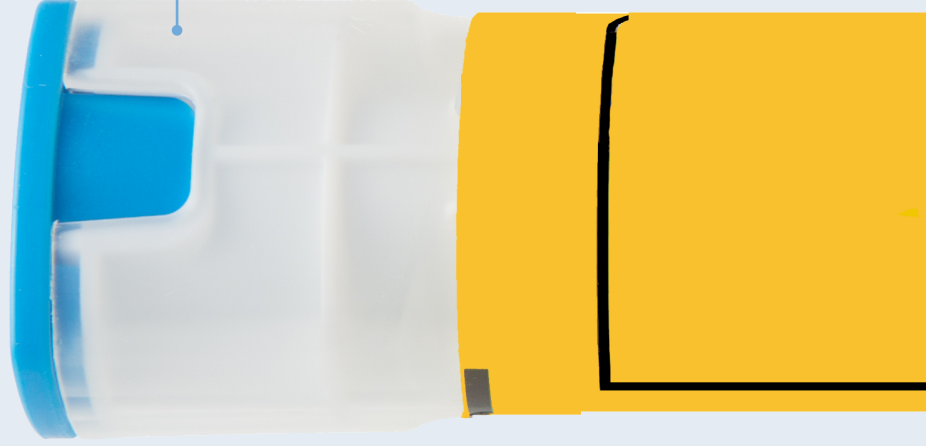
## VORSICHT!

Auch wenn der Allergie-Pen wirkt, sollte man umgehend einen Arzt kontaktieren.

## So funktioniert die Anwendung

Schutzkappe abziehen – Allergie-Pen im 90-Grad-Winkel fest gegen die Außenseite des Oberschenkels drücken. Fünf Sekunden in der Injektionsstelle halten.

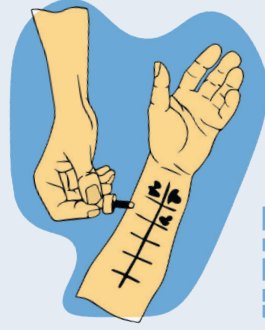
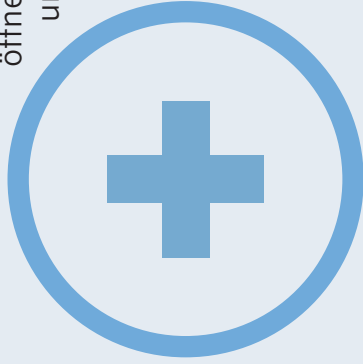
Die Injektionsstelle kann zudem leicht massiert werden. Das erhöht die Aufnahme des Hormons.





## Lebensretter Adrenalin

Wenn es zu einem anaphylaktischen Schock kommt, kann das im schlimmsten Fall zu einem Kreislaufstillstand führen. Abhilfe schafft dabei das Hormon Adrenalin, welches die Bronchien öffnet und hilft den Blutdruck und den Kreislauf zu stabilisieren. Um dieses Hormon rasch dem Körper zur Verfügung zu stellen, muss es mit einem Allergie-Pen gespritzt werden.



## ALLERGIE TEST BRINGT SICHERHEIT

Allergische Reaktionen können unterschiedlich stark ausfallen und von Juckreiz und Ausschlag bis hin zu Atembeschwerden und Kreislaufkollaps reichen. Ob und welche Allergie vorliegt, kann durch einen Test beim Haus- oder Facharzt bzw. in einer Allergieambulanz festgestellt werden. Achtung: Allergien entwickeln sich oft erst im Laufe des Lebens.

## FÜR DIE EINMALIGE ANWENDUNG

Allergie-Pens sind für den einmaligen Gebrauch vorgesehen, auch wenn Restmengen in der Ampulle übrigbleiben. Sollte zudem am Sichtfenster eine Braunfärbung erkennbar sein, muss der Pen umgehend ausgetauscht werden.

## Auf das Ablaufdatum achten!

Die Lagerung des Notfall-Pens ist sehr unkompliziert. Er kann bei jeder Temperatur mit sich geführt werden. Der Nachteil ist die geringe Haltbarkeit. Der Wirkstoff wird nach ungefähr einhalb Jahren schwächer. Bitte rechtzeitig ein neues Rezept organisieren.

## ACHTUNG!

Allergie-Pen immer mitführen und in der vorgesehenen Schutzhülle aufbewahren!



## Notfallset für den Ernstfall

Das Notfallset enthält neben einem Antihistaminikum in Tropfen- oder Tablettenform oft auch ein Cortisonpräparat. Der behandelnde Arzt muss entscheiden, ob immer auch ein Allergie-Pen parat sein muss.

# Haarausfall *ist keine Krankheit*

Der Mensch hat 85.000 bis 150.000 Kopfhaare. Der Verlust von 100 Haaren täglich ist normal, beim Haarewaschen dürfen auch 300 ausgehen. Erst darüber hinaus ist von Haarausfall die Rede.

Text: Marlene Mülleder, MA

In Österreich leiden etwa 50 bis 60 Prozent der Männer an hormonell-genetisch bedingtem Haarausfall. Bei den Frauen ist fast jede fünfte betroffen. Ob es den Einzelnen mit 25 oder 60 Jahren trifft, bestimmen die Erbanlagen. Neben dem hormonell-genetisch bedingten Haarausfall gibt es noch viele andere Gründe für Haarverlust, wie kreisrunden oder diffusen Haarausfall.

## Gestörte Ruhephase

Auch eine Störung der Wachstumsphase kann lichtereres Haar verursachen. Normalerweise ist ein Kopfhaar vier bis sechs Jahre in der aktiven Wachstumsphase und geht dann in eine Ruhephase über, die zwei bis vier Monate dauert. Danach wird wieder neues Haar produziert. Diese Ruhephase kann sich verlängern, etwa durch schlechte Bedingungen bei einer Extremdiät, einseitiger Ernährung, Stress, psychischer

Belastung, Krankheit, Chemotherapie oder Medikamente.

## Haarausfall einbremsen

Grundsätzlich ist Haarausfall keine Krankheit, sondern immer eine Begleiterscheinung oder erblich bedingt. Mit Hilfe von den Wirkstoffen Minoxidil und Finasterid sowie von Nahrungsergänzungsmitteln und Vitaminsubstitutionen kann Haarausfall erfolgreich eingebremst werden.

Wichtig ist, der Ursache auf die Schliche zu kommen und in Abstimmung mit dem Arzt oder dem Apotheker, die richtigen Maßnahmen im Kampf gegen den Haarausfall zu setzen.





## Erste Hilfe bei Haarausfall:

- 1 Nicht täglich Haare waschen,** zweimal in der Woche reicht. Im Shampoo auf Silikone verzichten, am besten welche mit Koffein anwenden oder auf Naturkosmetik zurückgreifen
- 2 Haare pflegen,** nicht zu heiß föhnen, vorsichtig stylen
- 3 Keine strengen Zöpfe** tragen, die an den Haarwurzeln ziehen
- 4 Eine Kopfmassage** durchblutet die Kopfhaut und regt das Haarwachstum an. Dafür kann man Haarwasser mit Rosmarin, Brennessel oder Grünen Tee verwenden
- 5 Nährstoffreich essen:** Zink und Biotin helfen dem Haarwachstum auf die Sprünge. In der Apotheke gibt es spezielle Kombi-Präparate

**SERIE:**  
Heilkräuter



# BLASENENTZÜNDUNG: ***Diese Kräuter helfen***

## Eine unkomplizierte Blasenentzündung kann mit pflanzlichen Mitteln selbst behandelt werden.

Text: Mag. pharm. Stefanie Schulz-Wulkow, MSc

Zu den häufigsten Erkrankungen von Nieren und Blase gehören die akute Blasenentzündung (Zystitis) und die akute Nierenbeckenentzündung (Pyelonephritis). Diese entwickelt sich vielfach im Anschluss an eine Blasenentzündung und ist gekennzeichnet durch klopfende Schmerzen im Nierenbereich. Die Symptome einer Blasenentzündung wie schmerzhaftes Wasserlassen und häufiger Harndrang mit geringen Urinmengen können ebenfalls vorhanden sein.

### Frauen sind häufiger betroffen

Darmbakterien, allen voran Escherichia coli, sind die häufigste Ursache einer akuten Zystitis. Aufgrund der besonderen anatomischen Verhältnisse – die kurze weibliche Harnröhre und die Nähe der äußeren Harnröhrenöffnung zur Analregion – sind Frauen zwei- bis dreimal häufiger von dieser bakteriellen Infektion betroffen als Männer.

Nur eine unkomplizierte Blasenentzündung ist ein Fall für die Selbstmedikation mit pflanzlichen Arzneien. Bei Auftreten von Fieber, verfärbtem oder blutigem Harn, sowie Andauern der Beschwerden über fünf Tage muss ein Arzt aufgesucht werden. Im Falle einer Antibiotikatherapie kann man Nieren-Blasentees natürlich als unterstützende Maßnahme weiter trinken.

Zu den wirksamsten und am häufigsten verwendeten Heilpflanzen bei Nieren- und Blasenleiden gehören:



**Die Bärentraube:** Sie gilt als „Harndesinfiziens“. Verantwortlich für die antibakterielle Wirkung ist der Inhaltsstoff Arbutin, der aber nur bei Vorliegen eines alkalischen Harns den Wirkstoff Hydrochinon freisetzt. Deshalb ist während der Kur eine pflanzenreiche Kost wichtig. Um möglichst wenige, magenbelastende Gerbstoffe freizusetzen, sollte man den Tee für sechs bis zwölf Stunden kalt ansetzen und anschließend leicht angewärmt zwei bis drei Tassen pro Tag trinken. Magenempfindliche Personen, Kinder unter zwölf Jahren und Schwangere dürfen diesen Tee nicht verwenden.



**Birkenblätterttee** ist einer der besten Tees zur Wasserausscheidung. Daher kommt er in der Durchspülungstherapie der Harnwege bei entzündlichen, bakteriellen und krampfartigen Erkrankungen sowie zur Vorbeugung von Harnstein- und Nierengrießbildung zum Einsatz. Für die Wirkung verantwortlich sind vor allem Flavonoide. Als Gegenanzeige gelten Ödeme infolge eingeschränkter Herz- und Nierentätigkeit.



**Brennesselblätter** bewirken ebenfalls eine Erhöhung der Harnmenge und werden auch zur unterstützenden Behandlung von Miktionsbeschwerden, also Beschwerden beim Wasserlassen, eingesetzt.



„Bei Auftreten von Fieber, verfärbtem oder blutigem Harn, sowie Andauern der Beschwerden über fünf Tage muss ein Arzt aufgesucht werden.“

Mag. pharm. Stefanie Schulz-Wulkow, MSc,  
Krankenhausapothekerin in Schärding

### Orthosiphonblätter, Goldrutenkraut, Schachtelhalm und Hauhechelwurzel

sind weitere Bestandteile vieler „Nieren-Blasentees“ aufgrund ihrer wassertreibenden Wirkung.



**Das Bruchkraut** kann als krampflösendes Mittel (Antispasmodikum) für die Harnwege eingesetzt werden.

### Prophylaxe mit Preiselbeeren

Um einer (Re-)Infektion der Blase vorzubeugen kann man Preiselbeerkapseln oder -saft sowie Zubereitungen der artverwandten Cranberry einnehmen. Die wirksamen Inhaltsstoffe, Anthocyane, verhindern das Andocken der Bakterien an der Blasenwand und fördern dadurch die natürlich vorgesehene Ausschwemmung durch den Urin. Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr von mindestens zwei Litern täglich ist für das Funktionieren der Nieren unerlässlich. Achtung: Personengruppen, die Blutgerinnungsmedikamente einnehmen, sollten auf den Konsum von Cranberry-Produkten verzichten. »



Die Goldrute ist eine altbewährte Heilpflanze bei Blasen- und Nierenleiden. Sie wirkt harntreibend, entzündungshemmend, schmerzstillend und leicht krampflösend.

Text: Dr. Karin Rahman, Dr. Gabriele Kerber-Baumgartner

# TEM-Heilpflanze: **Die Goldrute**

Die Goldrute ist in der Tradition eine wichtige Pflanze und wird in vielen alten Schriften erwähnt, wobei die Wirkungen auf Niere und Blase, wie Steinleiden, Harnverhaltung, fieberhafte Nierenentzündungen, sowie Gicht, Prostatavergrößerung, chronische Ekzeme oder Hämorrhoiden beschrieben sind. Bei den alten Germanen war die Goldrute, auch „heydnisch Wundkraut“ genannt, die Nummer Eins in Bezug auf die Wundheilung (Hieronymus Bock).

## Wenn etwas an die Nieren geht

Wir sagen, dass einem „etwas an die Nieren geht“, wenn wir von Ängsten

und Stress betroffen sind. In diesem Fall unterstützt die Goldrute auf hervorragende Weise. Die Nieren sind nicht nur in der Lage Schadstoffe auszuscheiden, sondern eliminieren auf der seelischen Ebene auch die negativen Gefühle.

Der Signatur wegen gehört die Goldrute aufgrund ihrer aufrechten, stattlichen Form und der gelben Blüten zu Jupiter und wird zusätzlich auch der Venus zugeordnet, da sie vor allem die Krankheiten der Fortpflanzungs- und Harnorgane zu heilen vermag. Die Goldrute ist ein wunderbares Nierenfunktionsmittel, sie erwärmt und stärkt die Nieren und Harnwege und leitet

übermäßige Schärpen gemäß der TEM über die Nieren ab. Die Wirkung reicht von Nieren- und Blasenkrankungen bis hin zur schleimhautabschwellenden Wirkung bei Heuschnupfen und Co. Innerlich wird die Goldrute als Teezubereitung oder auch als Tinktur eingenommen und bei Wunden äußerlich als Umschlag verwendet.



## Solidago virga aurea

Abbildung aus dem Buch „Flora Germanica“

Titel: : Flora Germanica Tom. XVI a

Jahr: 1854

Personen: Reichenbach, Heinrich Gustav;

Reichenbach, Ludwig

Ort/Verlag: Leipzig : sumptibus Ambrosii Abel

Tafel: CMXI



Weil geschützt  
ein gutes Gefühl ist:

**Jetzt  
impfen  
gehen.**

**Jede  
Impfung  
zählt!**



**Corona vorbeugen ist besser als schwer erkranken.** Die Impfung hilft gegen einen schweren Verlauf und gegen Long COVID. Den besten Schutz bieten die 3-teilige Grundimmunisierung und die Auffrischungsimpfung.

Alle Fakten. Alle Termine: [corona.ooe.gv.at](https://corona.ooe.gv.at)



# APOTHEKENMUSEUM: Eine Zeitreise







Die Offizin:  
Ein Schmuckstück im  
Apothekenmuseum.  
Foto: HMV

1.600 Exponate sind in dem einzigartigen Spezialmuseum im Schloss Pragstein in Mauthausen ausgestellt. In fünf Räumen wird der Besucher auf eine historische Zeitreise durch die Pharmaziegeschichte mitgenommen.

Text: Marlene Mülleder, MA

Seit 2007 ist das Apothekenmuseum im Schloss Pragstein in Mauthausen nicht mehr aus der oberösterreichischen Museumslandschaft wegzudenken. Mit 1.600 Exponaten ist die pharmaziegeschichtliche Sammlung der Apothekerfamilie Aichberger in Österreich einzigartig. Unter anderem zeigt das Museum die Entwicklung der kleinen Landapotheken, die Entdeckung wichtiger Arzneimittel von Paracelsus bis Penicillin sowie eine umfangreiche Sammlung historischer Kräuter- und Arzneibücher. „Unser Apothekenmuseum hat durch seine Einzigartigkeit einen Sonderplatz in der oberösterreichischen Museumslandschaft“, so Karl-Heinz Sigl, Obmann des Heimat- und Museumsvereins Schloss Pragstein.

### Fünf Räume – eine Zeitreise

Das Apothekenmuseum besteht aus fünf großen Räumen. „In jedem Raum lassen sich Objekte und Kuriositäten entdecken, die insbesondere bei Führungen unerwartete Aufmerksamkeit beziehungsweise Verwunderung hervorrufen“, berichtet Mag. Hubert Voigt, der seit 2018 das Apothekenmuseum leitet. Der erste Raum ist dem Apothekerberuf gewidmet. Der letzte Raum beschreibt die Geschichte der

Arzneimittel. Dazwischen sind drei Räume, die die Apotheke als Arbeitsplatz zeigen. Der Besuch des Apothekenmuseums ist wie eine Zeitreise. Unter anderem bekommt man Einblicke in das, was es früher in der Apotheke zu kaufen gab.

„Die Besucher reagieren häufig mit Staunen und manchmal auch mit Kopfschütteln auf die ausgestellten Kuriositäten. Doch auch heutzutage ist es noch so, dass mancher an wissenschaftlich nicht Bewiesenes glaubt. Man denke nur an den Glauben der Chinesen an die angeblich potenzsteigernde Wirkung des Nashornpulvers“, so Voigt.

### Zucker, Marzipan, Paprikapulver und Paradeiser

Die islamische Welt hatte großen Vorsprung in der Herstellung von Pharmazeutika. Grund dafür war, dass in Europa Zucker nicht bekannt war, sondern nur Honig. Zucker ist in Kombination mit Alkohol die Möglichkeit haltbare Arzneimittel zu erzeugen, vom Sirup bis zu Tinkturen. Das war maßgeblich für die Weiterentwicklung der Pharmazie. Im Apothekenmuseum sind zahlreiche historische Destilliermaschinen im Schaulaboratorium als Zeitzeugen dieser Entwicklung ausgestellt. »



In den Workshops werden unter anderem Pillen gedreht. Foto: Eysn

Marzipan gab es Ende des 17. Jahrhunderts fast ausschließlich in Apotheken zu kaufen, weil man von dessen heilender Wirkung überzeugt war. Marzipan galt damals vor allem für alte, schwache Menschen aufgrund seines hohen Zuckergehalts als Heilmittel. Zucker machte es aber auch besonders teuer. Paprikapulver wurde aufgrund seiner schmerzlindernden Wirkung verkauft. Der Paradeiser, oder auch Paradiesapfel, galt als Aphrodisiakum. Heute wissen wir: Der Genuss von Tomaten kann zu einer vermehrten Produktion des Glückshormons Serotonin führen. Um 1540 war Joachim Kreich einer der ersten, der diese Pflanzen in seinem Apothekergarten kultivierte. Ob er die „Liebesäpfel“ in seiner Apotheke in Torgau auch verkaufte, ist nicht überliefert. Die Wirkung der Tomate kann man heute bestätigen, allerdings ist sie aus der Apotheke verschwunden und in unseren Küchen gelandet. In ihr enthalten ist Lycopin, ein Carotinoid, das als Radikalfänger gilt und das Schlaganfallrisiko senken kann. Lycopin gibt es als Bestandteil verschiedener Nahrungsergänzungsmittel in Kapseln.

## Magisches Denken, magische Heilmittel

Viele Heilmittel hatten aber auch „magischen Ursprung“, wie etwa die Waffensalbe. Diese wurde von Paracelsus Ung(u)entum Armorum genannt und sollte alle Wunden heilen, die durch scharfe Waffen verursacht wurden, sofern nicht Herz, Arterien oder Gehirn betroffen waren. Für die Zusammensetzung wurden menschliche Ingredienzien wie Mumia, Menschenfett und Naturprodukte wie Wildschwein- und Bärenfett, Regenwürmer, verschiedene Pflanzen und Steine sowie Schädelmoos (*Usnea cranii humani*) von erhängten Menschen verwendet. „Lieferanten“ der menschlichen Zutaten waren die Scharfrichter, die dafür auf Antrag eine Erlaubnis der Behörden und somit ein Zusatzeinkommen erhielten. Man war der Meinung, dass nur bei einem schnellen Tod die Lebensenergie erhalten bleibe. Bis ins 18. Jahrhundert war die Medizin von diesem magischen Denken durchdrungen. Bis 1980 wurde ein Hautpflegeprodukt namens PlacentubexC verkauft, das Menschenfett aus Placenten (Nachgeburten) enthielt.

Schon bei Paracelsus (1493–1541) findet sich ein Rezept für eine Waffensalbe, auch sympathische Salbe genannt:

**„Nimm je eine Unze von der Flechte, die auf dem Kopf eines gehängten Diebes wächst, von echter Mumie und von warmem Menschenblut; dazu zwei Unzen Menschentalg und je zwei Drachmen Leinöl, Terpentin und armenische Heilerde. Verquirle alles gut in einem Mörser und bewahre die Salbe in einer länglichen, schmalen Urne auf.“**

### Öffnungszeiten:

Das Apothekenmuseum hat von Mai bis Oktober jeweils Samstag und Sonntag von 14 bis 17 Uhr geöffnet. Gruppenführungen sind bei Voranmeldung ganzjährig und auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich. Im Schloss Pragstein ist außerdem das Heimatmuseum zu finden.



„Unser Apothekenmuseum hat durch seine Einzigartigkeit einen Sonderplatz in der oberösterreichischen Museumslandschaft.“

Karl-Heinz Sigl, Obmann des Heimat- und Museumsvereins Schloss Pragstein

### Programm-Highlights:

#### Sonderführungen im Apothekenmuseum

Guide: Mag. Hubert Voigt

Samstag, 6. Mai 2023, 15 Uhr und

Samstag, 2. Sept. 2023, 15 Uhr

#### Sonderausstellung im Schloss Pragstein-Museum

„Galerie im Schloss“:

Vom Leben gezeichnet?! –

Karikaturen von Rupert Hörbst

Samstag, 9. Sept. bis Sonntag,

29. Okt. 2023 (immer Sa./So.

von 14 bis 17 Uhr)

*Hinweis: Die „Galerie im Schloss“ ist ein eigener Raum im Apothekenmuseum, der auch als Raum für Workshops nach Führungen im Apothekenmuseum genutzt wird. Bei Besuch der Sonderausstellung können die Schlossmuseen (Apothekenmuseum und Heimatmuseum) ohne Mehrpreis besucht werden.*

#### Mauthausener Museumsnacht

Samstag, 7. Okt. 2023,

14 bis 22 Uhr

Apothekenmuseum-Heimatmuseum-Sonderausstellung: Jazziger Ausklang im Schloss Pragstein

**Infos:** Nähere Informationen und Anmeldungen unter [schlossmuseen-mauthausen.org](http://schlossmuseen-mauthausen.org)

Tipp:

Über die klassischen Führungen hinaus bietet das Apothekenmuseum zum Beispiel Schülern altersgerechte Führungen mit individuellen Schwerpunkten an.

Im Anschluss daran besteht die Möglichkeit, in einem Workshop Salben, Pillen und Kapseln selbst herzustellen. Der Workshop dauert circa eine Stunde und wird bei fast allen Schülerführungen gebucht. Meist wird eine Handcreme hergestellt, die nach Hause mitgenommen werden kann. Anmeldungen per Mail oder telefonisch. >>

NEU NEU NEU:

## 9 Relax-Infrarotkabinen zum Einführungspreis!!!

über 18.000 zufriedene Kunden - seit 1998

**INFRAROT** - Tiefenwärme wirkt Wunder bei:

- Übergewicht
- Rücken- und Gelenkschmerzen
- Erkältung und grippalem Infekt
- Stoffwechselproblemen

mit Orig. GW-Tiefenwärmestrahlern  
schnelle Aufheizzeit  
5 Jahre Garantie  
doppelwandig aus Zedernholz

für 2 Personen

statt € 4.590,-

**nur € 2.590,-**



LK 012 L  
= links

jetzt  
€ 2.000,-  
sparen!

**LiWa**  
Licht & Wärme  
GmbH - Austria



LK 012 R  
= rechts

jetzt unverbindlich Prospekt anfordern!

**LiWa** GmbH ▪ Wolfgang Lindner ▪ 0660 312 60 50



- 1 Informative Führungen bringen die Besucher zum Staunen. Foto Affenzeller
- 2 Museumsleiter Mag. Hubert Voigt im Labor. Foto Affenzeller
- 3 Gefäßvitrine – Ein Stückchen Nostalgie im Schrank.
- 4 Die wertvolle Büchersammlung verrät altes Wissen.
- 5 „Die Dosis macht das Gift“: Ausstellungsbereich „Paracelsus“. Fotos Eysn





„Aberglaube, Naturheilmittel und wissenschaftliche Erkenntnis chemischer Zusammenhänge lebten durch zwei Jahrtausende ein Mit- und Nebeneinander, gestern wie heute. Eines lehrt uns der Streifzug durch das Museum: Seit 200 Jahren erleben wir eine unglaubliche Beschleunigung des Wissens über die Körperchemie. Das Heute ist das Gestern von Morgen.“

Mag. Hubert Voigt,  
Leiter des Apothekenmuseums

Bezahlte Anzeige

mein Job.  
meine Entscheidung.

ams.at/frauenstaerken

Das AMS stärkt Frauen bei Wiedereinstieg, Weiterbildung und beruflicher Neuorientierung.

©Rido - stock.adobe.com

050 904 440  
facebook.com/ams0oe

AMS

**Lieber Tod,**  
wann ich gehe, bestimmst du.  
Was dann passiert, aber ich.



**Mein Anwalt. Mein Testament.**  
Besser jetzt vorsorgen: [www.oerak.at](http://www.oerak.at)

 **DIE OBERÖSTERREICHISCHEN  
RECHTSANWÄLTE**  
Wir sprechen für Ihr Recht



Mag. pharm. Thomas Veitschegger, Präsident der Apothekerkammer Oberösterreich, und Vizepräsidentin Mag. pharm. Monika Aichberger berichten darüber, wie Oberösterreichs Apotheken die Lieferschwierigkeiten bei Arzneimitteln meistern.

# Weitblick **gegen Engpass**

**W**enn Medikamente vorübergehend nicht lieferbar sind, ist das vor allem für die Patientinnen und Patienten unangenehm. Das Problem dieser Lieferengpässe ist nicht neu. Es gibt sie bereits seit vielen Jahren, und sie treten immer wieder auf. Auch derzeit kommt es bei bestimmten Medikamenten zu Lieferengpässen, dazu gehören auch Antibiotika. Betroffen sind alle europäischen Staaten, mehr noch, man könnte sogar sagen: Es handelt sich sogar um ein weltwei-

tes Problem. „Die aktuelle Spitze liegt an der vorübergehend stark erhöhten Nachfrage. Derzeit stoßen Corona, Grippe und andere Infektionen zeitlich zusammen.“, erklärt Mag. pharm. Thomas Veitschegger, Präsident der Apothekerkammer Oberösterreich.

## Arzneimittel und Medizinprodukte aus Europa

Eines der Grundprobleme der Lieferengpässe sei, so Veitschegger, die Auslagerung der Arzneimittelproduk-

tion im Zuge der Globalisierung nach Asien. „Vor allem in China und Indien werden viele Medikamente hergestellt. Dortige Produktionsausfälle führen unter Umständen dann auch in Europa zu Engpässen“, berichtet Veitschegger. Dazu kommen mitunter Qualitätsprobleme und gestörte Transportwege, wie ein Beispiel: „Als im Frühjahr 2022 ein Containerschiff den Suezkanal blockierte, kam es binnen kürzester Zeit in Europa zu Engpässen bei bestimmten Arzneimitteln.“ Die Apothekerkammer als offizielle Vertretung der österreichi-

schen Apothekerinnen und Apotheker spricht sich klar dafür aus, wieder verstärkt Arzneimittel und Medizinprodukte in Europa herzustellen, um weniger von der Produktion in Asien abhängig zu sein und die Produktion flexibler auf den Bedarf hierzulande anpassen zu können – gerade bei so wichtigen Medikamenten wie Antibiotika. „Hier sollte auf europäischer Ebene eine Lösung gefunden werden“, bekräftigt Veitschegger.

## Rücksprache mit behandelndem Arzt

Apothekerinnen und Apotheker haben mehrere Möglichkeiten, um Patientinnen und Patienten, die ein vorübergehend nicht verfügbares Medikament benötigen, zu helfen. Mag. pharm. Monika Aichberger, Vizepräsidentin der Apothekerkammer Oberösterreich,



„Vor allem in China und Indien werden viele Medikamente hergestellt. Dortige Produktionsausfälle führen unter Umständen dann auch in Europa zu Engpässen.“

Mag. pharm. Thomas Veitschegger, Präsident der Apothekerkammer Oberösterreich  
Credit: Werner Harrer

nennt einige davon: „Nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt können wir in der Apotheke auf ein lagerndes, wirkstoffgleiches Produkt zurückgreifen. Eine andere Möglichkeit besteht darin, das gewünschte Arzneimittel aus dem Ausland zu beschaffen. Und nicht zuletzt sind wir

Apothekerinnen und Apotheker dazu ausgebildet, bestimmte Arzneimittel im apothekeneigenen Labor selbst herzustellen. Die sogenannten magistralen Zubereitungen sind sehr aufwendig. Pro Jahr werden in Österreichs Apotheken knapp drei Millionen Arzneimittel speziell für einzelne Patientinnen und Patienten hergestellt. Diese besondere apothekerliche Leistung bildet seit Jahrzehnten eine wichtige Versorgungssäule des österreichischen Gesundheitssystems – und ist im Zuge der Lieferengpass-Thematik noch wichtiger geworden.“

**Beruhigend:** In rund 95 Prozent der Fälle gelingt es den Apothekerinnen und Apothekern vor Ort in der Apotheke eine Lösung für das Anliegen der Menschen zu finden. In den übrigen Fällen wird gemeinsam mit dem behandelnden Arzt eine individuelle Lösung gesucht.

# Individuelle

## BETREUUNG MIT HERZ UND QUALITÄT



**In den eigenen vier Wänden fühlen sich alte Menschen am wohlsten. Die 24h-Personenbetreuung setzt genau hier an und entlastet damit den Alltag vieler Familien.**

In den eigenen vier Wänden fühlen sich alte Menschen am wohlsten. Die 24h-Personenbetreuung setzt genau hier an und entlastet damit den Alltag vieler Familien.

Wie es um die zentrale Bedeutung der 24h-Personenbetreuung bestellt ist, lässt sich nicht nur im geregelten Alltag erkennen, sondern besonders in Krisenzeiten. Die Arbeitsleistung dieser Berufsgruppe ist für unsere Gesellschaft von höchster Wichtigkeit. Denn nur wenige Angehörige finden aufgrund beruflicher und familiärer Verpflichtungen Zeit, sich um ihre Liebsten, die den Alltag alleine nicht mehr meistern können, zu sorgen.

**Was spricht für die 24h-Personenbetreuung!**

Eindeutig dafür spricht, dass betreuungsbedürftige Menschen würdevoll im eigenen Zu-

hause altern können. Die 24h-Personenbetreuer:innen übernehmen viele Aufgaben, wie etwa die Haushaltsführung oder das Erledigen diverser Einkäufe. Auch die Hilfestellung bei der täglichen Medikamenteneinnahme, beim An- und Auskleiden und bei der Körperhygiene ist ein wichtiger Aufgabenbereich. Da sie im gleichen Haushalt der zu betreuenden Person leben, sind sie jederzeit - vor allem auch in den Abend- und Nachtstunden - verfügbar, sollte ein Notfall eintreten. Besonders maßgebend für das seelische Wohlbefinden ist auch die Rolle der Gesellschafterfunktion, welche die Personenbetreuerinnen und Betreuer übernehmen.

**Detailliertere Informationen** zur 24h-Personenbetreuung erhalten Sie auf unserer Website [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at) sowie in unserem offiziellen Guide, der Mitte Mai 2023 wieder kostenlos für Sie erhältlich ist.



WKO Oberösterreich, KommR Mag. Dr. Viktoria TISCHLER  
Fachgruppenobfrau Personenberatung und Personenbetreuung;  
Berufsgruppensprecherin OÖ Personenbetreuung



**SELBSTSTÄNDIGE  
PERSONENBETREUUNG | OÖ**  
[www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)



Rezeptfreie  
Schmerzmittel  
**aus der Apotheke**



Zur Behandlung von Schmerzen steht eine Fülle von sehr wirksamen, rezeptfreien Arzneimitteln zur Verfügung, die auch zur Selbstbehandlung gut geeignet sind.

Text: Mag. pharm. Anna-Maria Köck

Schmerzlindernde, rezeptfreie Arzneimittel sind in der Apotheke für alle Altersgruppen, in den unterschiedlichsten Arzneiformen, wie Tabletten, Kapseln, Dragees, Salben, Zäpfchen, oder Gele, erhältlich. Die eigenverantwortliche Dauer der Anwendung sollte sich maximal auf wenige Tage beschränken, wobei auf die angegebene Dosierung strikt zu achten ist, um unerwünschte Wirkungen zu vermeiden. »



## DAS NEUE BFI OÖ KURSPROGRAMM

# 2023

## IST DA!

Jetzt kostenlos bestellen unter:

[bfi-ooe.at/KP23](https://bfi-ooe.at/KP23)



Wohin dein Bildungsweg auch führt.  
Wir begleiten dich.

[www.bfi-ooe.at](http://www.bfi-ooe.at) | [service@bfi-ooe.at](mailto:service@bfi-ooe.at) |     
BFI-Serviceline: 0810 / 004 005



Berufsförderungsinstitut OÖ



Die Bezeichnung Analgetika leitet sich vom griechischen "algos", Schmerz, ab.

## Pflanzliche Arzneimittel sind gut verträglich

Viele pflanzliche Arzneimittel, zum Beispiel aus der Teufelskrallenwurzel oder dem Weihrauch, zeigen eine gute Verträglichkeit auch bei längerer Einnahme und werden mit Erfolg – wissenschaftlich belegt – bei chronischen Gelenks- und Rückenschmerzen angewendet. Einreibungen mit ätherischem Rosmarinöl oder Salben mit Extrakten aus Capsicum sowie Beinwellwurzeln oder -blättern zeigen eine sehr gute Wirkung bei lokaler äußerlicher Anwendung.

## Magnesium bei Spannungskopfschmerz

Bei leichtem Spannungskopfschmerz hilft häufig schon die Einnahme von Magnesium in Verbindung mit einem Pfefferminzöl-Roll-on, auf die Stirn und Schläfen aufgebracht. Häufig trägt ein Mangel an Magnesium und B-Vitaminen zu Schmerzen bei, auch diese Wirkstoffe können – richtig dosiert – die Schmerztherapie unterstützen.

## Analgetika für allgemeine Schmerzen

Die größte Gruppe der zugelassenen Schmerzmittel (Analgetika) sind die nicht steroidalen Antirheumatika (NSAR). Darunter fallen die bekannten Wirkstoffe wie Acetylsalicylsäure, Diclofenac wie auch das häufig angewendete Ibuprofen. Die Anwendungsgebiete erstrecken sich von allgemeinen Schmerzen, wie unspezifisches Kopfschmerz, Regelbeschwerden, Zahnschmerzen, Rückenschmerzen, Gelenkschmerzen, bis hin zu leichteren Entzündungen und Fieber bei Infektionskrankheiten, wie zum Beispiel einem grippalen Infekt. Nach der Einnahme – immer mit ausreichend Flüssigkeit – kann man mit einem raschen Wirkungseintritt innerhalb von circa 30 Minuten rechnen.

## Paracetamol hilft nicht bei Entzündungen

Ein anderes weit verbreitetes Schmerzmittel ist Paracetamol, bei welchem die schmerzlindernde und fiebersen-

kende Wirkung im Vordergrund steht. Es ist daher nicht zur Anwendung bei entzündlichen Prozessen geeignet, dafür aber das Mittel der Wahl für eine kurzzeitige Anwendung in der Schwangerschaft. Ist eine Lebererkrankung bekannt oder werden andere Arzneimittel eingenommen, welche über die Leber verstoffwechselt werden, sowie auch bei alkoholkranken Menschen, sollte jedoch Paracetamol nicht angewendet werden.

## Häufigste Nebenwirkung: Magenprobleme

Bekannt ist, dass bei längerer und regelmäßiger Anwendung von Schmerzmitteln eine Dosissteigerung notwendig wird, um noch den gleichen schmerzlindernden Effekt zu erreichen. Auch lässt sich eine Belastung von Leber und Niere nachweisen, und es kann zu einer Reizung der Magenschleimhaut kommen. Magenprobleme zählen zu den häufigsten Nebenwirkungen und dürfen nicht ignoriert werden. Bei Nierenerkrankungen und schwerer Herzschwäche mit gleichzeitiger



„Zu wenig bekannt ist, dass Kinder und Jugendliche unter zwölf Jahren absolut keine Acetylsalicylsäure einnehmen dürfen.“

Mag. pharm. Anna-Maria Köck,  
Apothekerin in Bad Ischl  
Credit: Köck

Einnahme von entwässernden Mitteln, blutdrucksenkenden sowie gerinnungshemmenden Arzneistoffen sollten möglichst keine NSAR eingenommen werden, da hier Wechselwirkungen bestehen und ungewollte Blutungen ausgelöst werden können. Auch bei asthmatischen Erkrankungen kommt es bei der Einnahme von NSAR, etwa Ibuprofen, vermehrt zu unerwünschten Nebenwirkungen.

## Schwangerschaft und Stillzeit

Eine besonders sensible Gruppe stellen Frauen in der Schwangerschaft und Stillzeit dar, und hier ist es anzuraten, vor jeglicher zusätzlichen medikamentösen Therapie mit Arzt oder Apothe-

ker Rücksprache zu halten, da je nach Schwangerschaftswoche bestimmte Arzneimittel eingenommen werden dürfen.

## Kinder und Jugendliche

Bei Kindern ist die Dosierung von 0-12 Jahren alters- und gewichtsbezogen, wobei in dieser Altersgruppe die Wirkstoffe Paracetamol und Ibuprofen dominieren; gerne werden hier auch Zäpfchen angewendet.

Zu wenig bekannt ist, dass Kinder und Jugendliche unter zwölf Jahren absolut keine Acetylsalicylsäure („Aspirin“)

einnehmen dürfen, da dies zu einer wohl seltenen, doch lebensbedrohlichen Folgeerkrankung (Reye-Syndrom) führen kann.

Zur Behandlung von Schmerzen steht also heute eine Fülle von sehr wirksamen, rezeptfreien Arzneimitteln zur Verfügung, die auch zur Selbstbehandlung gut geeignet sind. Es empfiehlt sich, die Beratung in der betreuenden Apotheke oder in der ärztlichen Ordination in Anspruch zu nehmen. So kann gemeinsam das optimale Medikament, die richtige Dosierung gewählt werden, und man kann mögliche unerwünschte Wirkungen vermeiden.

**EAU THERMALE**  
**Avène**  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

**Entdecke**  
**HYDRANCE**  
**BOOST SERUM**

Ein echter Feuchtigkeitsbooster für die nachfolgende Pflege mit **NEU**

- Hyaluronsäure**  
für langanhaltende 48 H Feuchtigkeitsversorgung
- Vitamin B3 (Niacinamide)**  
zur Stärkung der Hautbarriere
- Avène Thermalwasser**  
für eine beruhigende & ausgleichende Wirkung

Morgens und/oder abends einige Tropfen auf Stirn, Wangen & Kinn auftragen. Sanft von innen nach außen in das Gesicht einmassieren, et voilà!

**96% INHALTSSTOFFE NATÜRLICHEN URSPRUNGS**

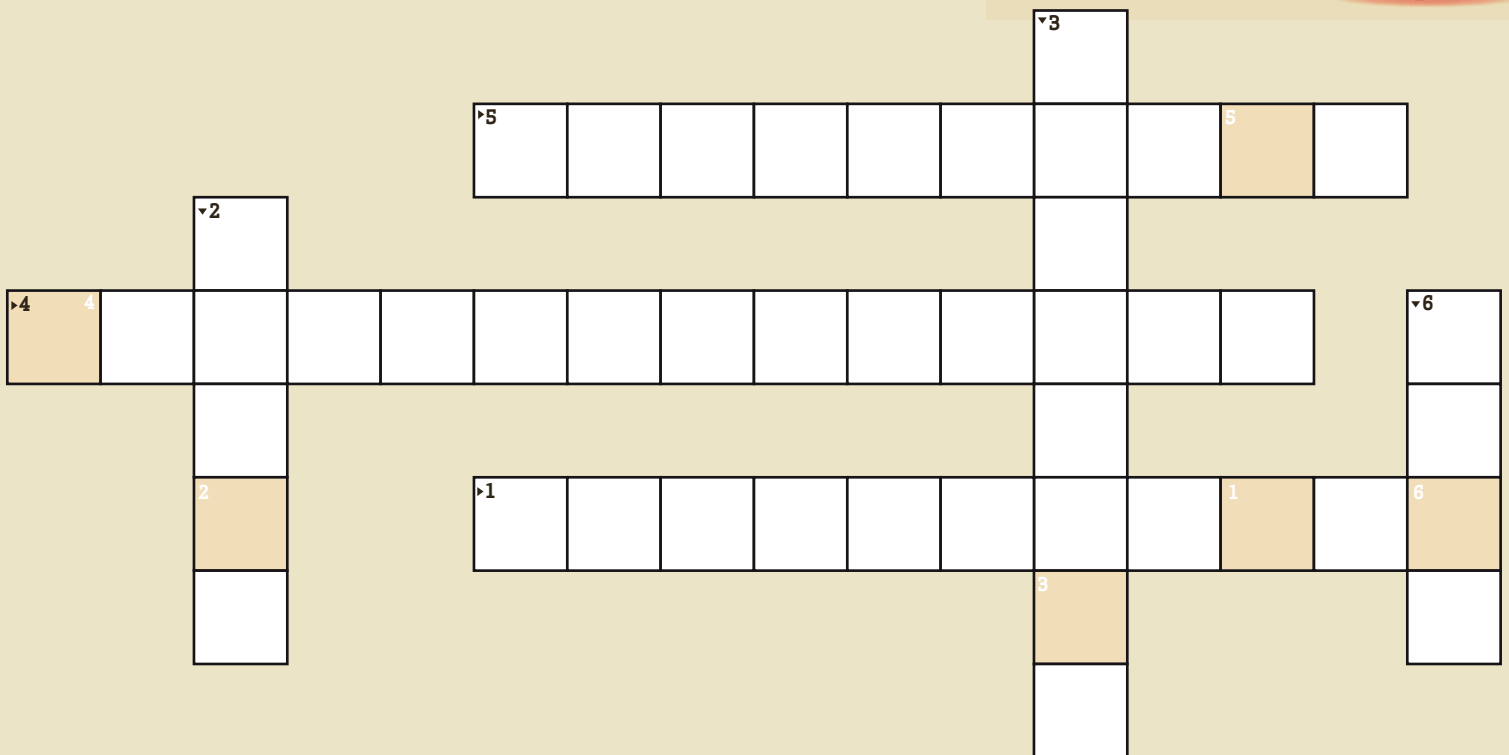
**INFO VEGAN**  
OHNE INHALTSSTOFFE TIERISCHEN URSPRUNGS

**Avène**  
EAU THERMALE  
**HYDRANCE**  
BOOST  
FEUCHTIGKEITSSPENDENDES  
SERUM-KONZENTRAT  
Made in France

**Folge uns auf Instagram**

# RÄTSEL

1. Was kann bei einem allergischen Schock zum Lebensretter werden?
2. Den Körper zu entgiften, bezeichnet man auch als...
3. Kann ein Grund sein, warum Füße und Zehen jucken ...
4. Viele Apotheken sind derzeit davon betroffen...
5. An diesem Ort befindet sich das Apothekenmuseum...
6. Welches Spurenelement hilft bei Haarausfall?



LÖSUNGSWORT:

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

## GEWINNSPIEL

Wir verlosen:  
**SONNENSCHUTZ-PAKET  
 VON EUCERIN**

Einfach das Lösungswort und Kennwort  
 Oberösterreich an  
**gewinnspiel@target-group.at**  
 schicken und mit ein bisschen Glück gewinnen.

**Einsendeschluss:** 09. April 2023  
 Rechtsweg ausgeschlossen, keine Barablöse.



# E-REZEPT

## Neuheit in Ihrer Apotheke

**D**as e-Rezept ist eine Innovation, aber auch eine Umstellung für alle. Etwa 60 Millionen ärztliche Verschreibungen werden jedes Jahr in Österreich ausgestellt. Und die meisten davon noch immer in Papierform. Aber die Tendenz zeigt: Das Papierrezept hat zunehmend ausgespielt. Denn es geht auch wesentlich einfacher und effizienter: Jetzt gibt es das elektronische Rezept, genannt e-Rezept. Das zukunftsweisende System hat seinen Erfolgsweg in Oberösterreich bereits angetreten. Das ist nicht verwunderlich, denn wer es kennt, der liebt es: Der Arzt speichert die Medikation der Patientin beziehungsweise des Patienten auf einem zentralen „Datenspeicher“. In der Apotheke wird das e-Rezept über das Stecken der e-Card abgerufen. Die Medikamente werden abgegeben und im e-Card-System gespeichert. Das ist alles!

Natürlich können Rezepte weiterhin in Papierform ausgestellt werden. Das ist wichtig für Personen, die sich in der digitalen Welt nicht so daheim fühlen. Wer will, kann das elektronische Rezept auch am Smartphone abrufen. Das



„Dank e-Rezept gehört die Zettelwirtschaft mehr und mehr der Vergangenheit an.“

Mag. pharm. Monika Aichberger, Vizepräsidentin der Apothekerkammer Oberösterreich  
Credit: Werner Harrer

funktioniert per App (BVAEB, ÖGK, SVSGo oder MeineSV). Der Login erfolgt mit Handy-Signatur oder ID-Austria. Über den Menüpunkt „e-Rezept“ ist das Rezept verfügbar. Die Apothekerin beziehungsweise der Apotheker scannt dann den Code und ruft das e-Rezept aus dem e-Card-System ab.

### Abholung durch andere Personen möglich

Die Abholung von Medikamenten durch andere Personen ist mittels ausgedrucktem Rezept oder digital mög-

lich: Der QR-Code beziehungsweise die e-Rezept-ID kann via Smartphone weitergegeben werden.

### Anfangsprobleme werden behoben

Die anfänglichen kleineren Probleme im Umgang mit dem e-Rezept werden zunehmend behoben. „Sollte es dennoch das eine oder andere Mal zu einer kurzen Wartezeit in der Apotheke kommen, so bitten wir dafür um Verständnis. Immerhin handelt es sich beim e-Rezept um eine hochmoderne Hightech-Anwendung“, erklärt Mag. pharm. Thomas Veitschegger, Präsident der Apothekerkammer Oberösterreich. Die Vorteile des neuen e-Rezepts für die Patientinnen und Patienten liegen auf der Hand. Dazu Mag. pharm. Monika Aichberger, Vizepräsidentin der Organisation: „Dank e-Rezept gehört die Zettelwirtschaft mehr und mehr der Vergangenheit an. Auch die Umwelt wird geschont, weil der Papierverbrauch sinkt. Das neue e-Rezept ist modern und sicher – und nach einer Umstellungsphase werden wir alle die Vorteile sehen können.“

# DIE *neue* APOTHEKE

DAS MAGAZIN DER  
OBERÖSTERREICHISCHEN  
APOTHEKEN



## Das offizielle Kundenmagazin der oberösterreichischen Apotheken

Aktuelles Wissen für Ihre  
Gesundheit.  
Neues aus der Medizin.  
Und die besten Tipps aus der  
täglichen Apotheken-Praxis.

**Kostenlos in Ihrer  
Apotheke erhältlich!**



**Präsentieren auch Sie Ihre  
Produkte & Dienstleistungen  
unseren LeserInnen!**

Für weitere Informationen wenden  
Sie sich bitte an Frau Manuela Peer  
Mail: [manuela.peer@target-group.at](mailto:manuela.peer@target-group.at)  
Tel. 0512-586020-2121

# VORSCHAU

DIE NÄCHSTE AUSGABE VON „DIE NEUE APOTHEKE“  
ERSCHEINT IM JUNI 2023.

„DIE NEUE APOTHEKE“ IST IN ALLEN APOTHEKEN  
IN OBERÖSTERREICH **KOSTENLOS**  
ZUR FREIEN ENTNAHME ERHÄLTLICH.

In der siebten Ausgabe  
beschäftigen wir uns mit dem Thema  
**Gut vorbereitet auf Reisen.** Worauf sollte  
man vor einer Reise achten?



Welche **Impfungen** werden gebraucht?  
Was gehört in die Reiseapotheke?  
Wie kommt man bei längerem Aufenthalt  
zu Medikamenten im Ausland, die regel-  
mäßig eingenommen werden müssen?

Wir geben **Tipps zu gepflegter Haut im  
Sommer.** Wie schützt man die Haut vor  
Sonne, Meer, Wind und Sand?  
Welche **Pflege** braucht unser größtes Organ  
in der heißen Jahreszeit?

Außerdem: **„Gefährliche Insektenstiche“!**  
Was ist zu tun, wenn Gelsen, Wespen & Co  
zustechen. Wie verhindert man  
Schwellungen? Wie erkennt  
man allergische Reaktionen?



Diese und weitere spannende  
Geschichten und interessante  
Einblicke rund um Apotheken  
und die Gesundheit warten in der  
nächsten Ausgabe des Magazins.

## Impressum

Herausgeber: Österreichische Apothekerkammer, Landesstelle Oberösterreich Medieninhaber und Verleger: TARGET GROUP Publishing GmbH, Brunecker Straße 3, 6020 Innsbruck. Redaktion: Marlene Müllleder, MA (LtG.), Dr. Gabriele Kerber-Baumgartner, Dr. Karin Rahman, Mag. pharm. Peter Mair, Mag. pharm. Anna-Maria Köck, Mag. pharm. Stefanie Schulz Wulkow, MSc. Redaktionsbeirat: Mag. pharm. Thomas Veitschegger, Mag. pharm. Monika Aichberger, Mag. pharm. Silvia Hackenberger, Mag. pharm. Christoph Vigi  
Grafik & Produktion: Natascha Eder Fotos: falls nicht anders gekennzeichnet: Archiv/TARGET GROUP Publishing GmbH, Axel Springer, Franz Oss, Shutterstock.com. Druck: Intergraphik GmbH, Innsbruck. Geschäftsführung: Andreas Eisendle, Michael Steinlechner, Matthias Krapf.  
Telefon: +43(0)512/586020-0, Fax: +43(0)512/586020-20, E-Mail: [redaktion@target-group.at](mailto:redaktion@target-group.at), [Anzeigenverkauf@target-group.at](mailto:Anzeigenverkauf@target-group.at)



# AUS LIEBE ZUR REGION.

Alle News aus der Region  
auf einen Blick. Einfach online  
lesen auf [MeinBezirk.at](http://MeinBezirk.at)

Bezirk  
Rund  
Schau



# Das be(e) green Konto der Oberbank



## Anders, weil:

das Leben mit uns ein bisschen grüner wird.  
Mit dem neuen Oberbank-Konto, das in Höhe der Kontoeinlagen nachhaltige, ökologische und soziale Projekte finanziert.

Mehr auf [www.oberbank.at/beegreenkonto](http://www.oberbank.at/beegreenkonto)

Das Österreichische Umweltzeichen wurde vom Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Infrastruktur und Technologie (BMK) für das „be(e) green Konto“ und das „be green Sparkonto“ verliehen, weil bei den mittels dieser Giro-/Spareinlagen finanzierten Projekten neben wirtschaftlichen auch ökologische und soziale Kriterien beachtet werden. Das Umweltzeichen gewährleistet, dass diese Kriterien und deren Umsetzung geeignet sind, entsprechende Projekte auszuwählen. Dies wurde von unabhängiger Stelle geprüft. Die Auszeichnung mit dem Umweltzeichen stellt keine ökonomische Bewertung dar und lässt keine Rückschlüsse auf die künftige Wertentwicklung des Finanzproduktes zu.

