

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Schwierige Themen der Selbstmedikation



1



**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

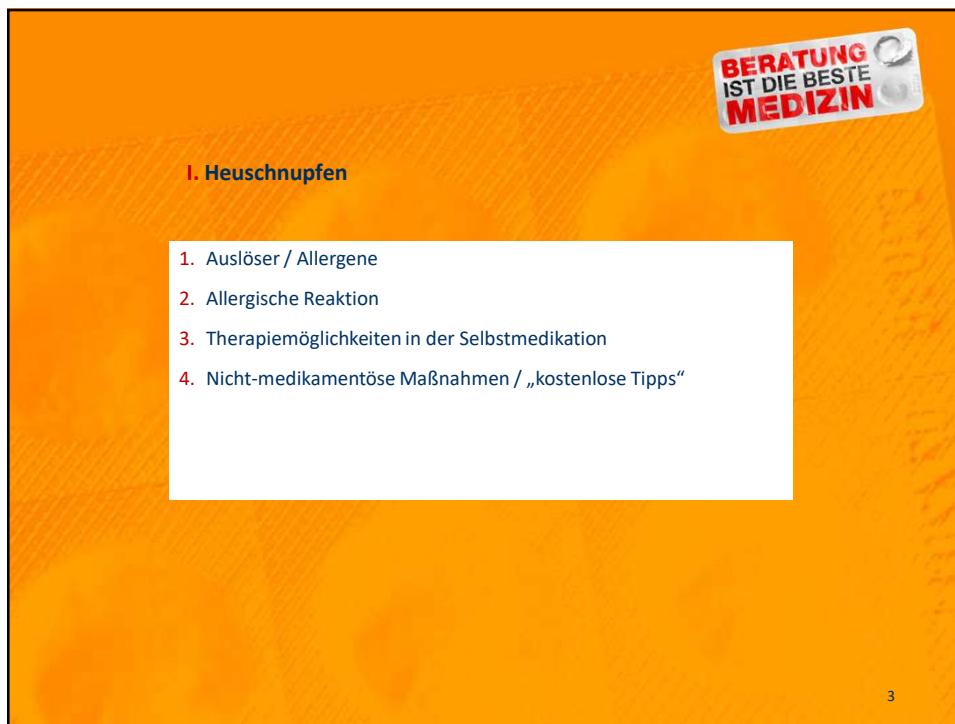
Inhalt

- I. Heuschnupfen
- II. Pilzerkrankungen der Haut
- III. Blasenentzündung
- IV. Beratung - Fallbeispiele



2

1



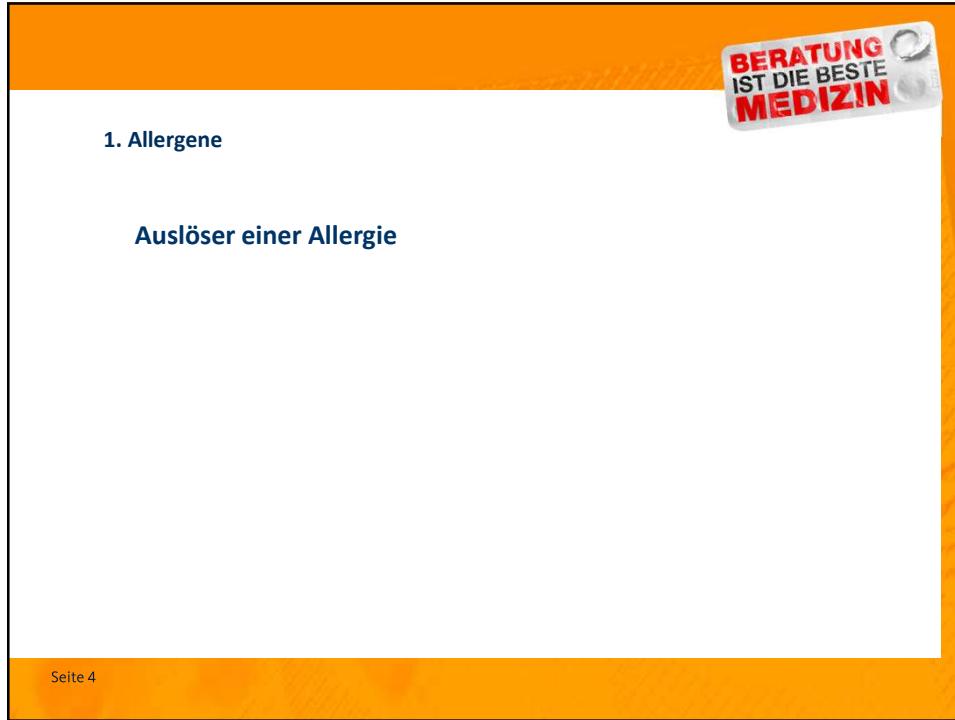
**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

I. Heuschnupfen

- 1. Auslöser / Allergene**
- 2. Allergische Reaktion**
- 3. Therapiemöglichkeiten in der Selbstmedikation**
- 4. Nicht-medikamentöse Maßnahmen / „kostenlose Tipps“**

3

3



**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

1. Allergene

Auslöser einer Allergie

Seite 4

4

2

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

2. Allergische Reaktion

Immunsystem

Typ I-Reaktion (Sofort-Reaktion)

• erster Allergen-Kontakt → Immunsystem sensibilisiert
 • Produktion von Antikörpern (IgE)
 • Sensibilisierung → Mastzelle aktiv
 • erneuter Allergen-Kontakt
 • Allergen + Antikörper = Histamin-Freisetzung
 • auslösende Faktoren, wie z. B. Pollen, Insektengift
 • Folgen, wie z. B. Heuschnupfen, Insektengift-Anaphylaxie

© Geschäftsbereich Pharmazie

5

5

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

2. Allergische Reaktion

Mediatoren

- Biomoleküle der interzellulären Kommunikation mit parakriner Wirkung

Histamin	• in Mastzellen gespeichert • Freisetzung führt zu: <ul style="list-style-type: none"> – Vasodilatation → schmerzhafte Rötungen – gesteigerter Kapillarpermeabilität → juckende Quaddeln
Kinine	• Bradykinin und Kallidin • Freisetzung führt zu: <ul style="list-style-type: none"> – Vasodilatation → Blutdruck ↓ – Kapillarpermeabilität ↑ → Angioödem – Bronchokonstriktion → Atemprobleme

© Geschäftsbereich Pharmazie

6

6

3



3. Therapiemöglichkeiten in der Selbstmedikation

Mastzellstabilisatoren

- Cromoglicinsäure
 - Nasenspray (NDS): z.B. Cromo ratiopharm®,
 - Augentropfen (AUT): z.B. Cromo ratiopharm® Augentropfen, Vividrin® iso EDO

7

7



3. Therapiemöglichkeiten in der Selbstmedikation

Topische H1-Antihistaminika

- Azelastin
 - Nasenspray (NDS): z.B. Allergodil® akut
 - Augentropfen (AUT): z.B. Azela-Vision® MD sine, Allergodil® akut
- Levocabastin NDS und AUT
 - Livocab® direkt / Livocab® direkt Augentropfen
- Ketotifen (AUT)
 - z.B. → Allergo-Vision® sine
 - Zaditen ophta® sine Augentropfen / Zaditen ophta®

8

8

4

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

3. Therapiemöglichkeiten in der Selbstmedikation

Corticoid-haltige Nasensprays

- Mometason
→ z.B. Mometahexal Heuschnupfenspray®, Momeallerg®
- Fluticason
→ Otri-Allergie®
- Beclometason
z.B. → Rhinivict® nasal 0,05mg, ratioallerg Heuschnupfen®

9

9

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

3. Therapiemöglichkeiten in der Selbstmedikation

Systemische H1-Antihistaminika

- Loratadin
→ z.B. Lorano® akut, Loratadin 1A Pharma®
- Cetirizin
→ z.B. Cetirizin Hexal bei Allergie®, Cetirizin ratiopharm® 10mg
→ Kombi mit Pseudoephedrin: Reactine Duo®
- Dimetinden
z.B. → Fenistil®

10

10

5

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

3. Therapiemöglichkeiten in der Selbstmedikation

Homöopathika und weitere Alternativen

- homöopathische Einzel- oder Komplexmittel
 - z. B. Heuschnupfenmittel DHU, Luffeel® comp.
 - z.B. Wala® Euphrasia Augentropfen, bei Augenbeschwerden
 - **Luffa operculata** gilt als spezifisches Mittel bei Juckreiz und Trockenheitsgefühl in der Nase
 - **Allium cepa** ist vor allem bei verstopfter und stark juckender Nase angezeigt
 - **Galphimia glauca** bei tränenden, juckenden Augen, Fließschnupfen, Niesanfälle und Atembeschw.
- Schüßler-Salze → bei allergischer Rhinitis die Nr. 8, Natrium chloratum
- Phytotherapie → z.B. Allivent® mit Extrakt aus *Astragalus membranaceus*
- Nasenspülungen → z. B. Emser® Nasendusche
- Befeuchtende Präp. → gute Zusatzempfehlung bei oralen Antihistaminika, da deren anticholinerge NW zum Symptom des trockenen Auges führen können bzw. die Nasenschleimhaut austrocknet
 - Zusatz von Ectoin (z. B. Vividrin® ectoin) wirkt lindernd bei juckenden, roten und tränenden Augen.
 - In Nasensprays kann Hyaluronsäure (z. B. hysan® Hyaluronspray) nicht nur befeuchten, sondern auch zur Heilung von Schleimhautdefekten beitragen

11

11

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

4. Nicht medikamentöse Maßnahmen

Nicht-medikamentöse Therapie

Hinweise/Maßnahmen:

- Allergen meiden (Pollenkalender, Pollenfilter)
- Zimmer nur kurz zu unbelasteten Zeiten lüften
- Hände waschen
- vor dem Schlafengehen Haare waschen
- Nasenspülungen
- Augenbäder
- kühlende Kompressen
- Straßen-Kleidung nicht im Schlafzimmer ablegen
- Wäsche nicht im Freien trocknen
- Sonnenbrille tragen
- Reizfaktoren (Rauchen, Stäube, Anstrengung, Temperaturschwankungen) meiden
- geeignetes Urlaubsziel wählen (Hochgebirge oder Meer)

Bildquelle: 1 Emser 2-4 Getty Images 5 Geschäftsbereich Pharmazie

12

12

6



II. Pilzerkrankungen der Haut

1. Fußpilz
2. Nagelpilz
3. Vaginalmykose

Seite 13

13

1. Fußpilz (Tinea pedum)



Erreger:

- meist Dermatophyten (> 80 %) und Hefepilze (< 20 %)

gefährdete Personengruppen:

- best. Berufsgruppen wie Soldaten, Bergarbeiter
- Freizeitaktivitäten z.B. Schwimmen, Laufen, Fußballspielen
- ältere Menschen, Schwangere
- Diabetiker und Personen mit Durchblutungsstörungen in Beinen und Füßen
- Hyperhidrose

14

14

7

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Hauptformen des Fußpilzes

- **Interdigitale Form:** Zwischen den Zehen treten meist Rötung und Schuppung sowie ein Aufquellen der Epidermis bis hin zu tiefen Rhagaden auf. → Selbstmedikation möglich
- **Squamös-hyperkeratotische Form:** An der Fußsohle steht eine trockene Schuppung auf entzündeter Haut im Vordergrund, aus der sich Hyperkeratosen und Rhagaden entwickeln. → Arzt
- **Vesikulös-dyshidrotische Form:** An Fußgewölbe und Fußkanten äußert sich die Tinea pedis meist in Form von Bläschen, Spannungsgefühl und Juckreiz → Arzt

15

15

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Symptome „Interdigitale Form“

- Rötung
- Juckreiz
- weiße Schuppung
- Einrisse (brennen bei Seifenkontakt)
- juckende Bläschenbildung
- evtl. Geruch

| 16

16

8

Therapie Fusspilz

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

■ **Azole**

2 – 3 x täglich:

- Clotrimazol 1% (z.B. Canesten®), mind. 4 Wo; 2 Wo über das Abklingen der Symptome hinaus
- Miconazol 2%, (z.B. Mykoderm® Miconazolcreme) 4-6 Wo, bis eine Wo nach Abklingen der Beschwerden
- Sertaconazol 2% (z.B. Mykosert® Creme Haut&Fuss), bis 2 Wo nach Abklingen der Beschwerden

1x täglich:

- Bifonazol 1 % (z.B. Canesten extra®), 3 Wo Anw.-dauer
- Ketoconazol 2 % (z.B. Nizoral®), bis einige Tage nach Abklingen der Beschwerden anw.

17

17

Therapie Fusspilz

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

■ **Allylamine**

1x täglich:

- Naftidin 1% (Exoderil®), bis 2 Wo nach Abklingen der Symptome
- Terbinafin 1% (Lamisil®), 1 Wo bzw. (Lamisil® once) Einmalapplikation an beiden Füßen, auch nicht befallene Bereiche

18

18

9



Therapie Fusspilz

- **Morpholine**
- 1x täglich:**
 - Amorolfin 0,25% (Loceryl® Creme), 2-6 Wo bis einige Tage nach Abklingen der Beschwerden
- **Hydroxypyridone**
- 2x täglich**
 - Ciclopiroxolamin 1% (Selergo ®), bis zum Abklingen der Beschwerden und 2 Wochen darüber hinaus

19

19



ab. 1: Vergleich häufig eingesetzter topischer Antimykotika: Einsatzgebiete, Wirkpektrum und Wirksamkeit gegen einzelne Erreger: + wirksam, – nicht wirksam, (–) gering wirksam

Einsatzgebiete/ Wirksamkeit	Ciclopirox	Bifonazol	Clotrimazol	Terbinafin	Amorolfin
Hautmykosen	+	+	+	+	+
Nagelmykosen	+	+	–	–	+
Vaginalmykosen	+	–	+	–	–
Antimykotisches Wirkpektrum	breit	breit	lückenhaft	lückenhaft	lückenhaft
<i>T. rubrum</i>	+	+	+	+	+
<i>T. interdigitale</i>	+	+	–	+	+
<i>C. albicans</i>	+	+	+	– ¹	– ²
<i>C. glabrata</i>	+	+	–	–	–
<i>S. brevicaulis</i>	+	+	–	(–)	– ²
<i>M. canis</i> ³	+	+	+	(–)	–
<i>T. mentagrophytes</i> ²	+	+	–	+	–
<i>T. verrucosum</i> ³	+	+	–	+	–
<i>M. furfur</i> ⁴	+	+	+	–	–
Sporozid	+	–	–	–	–
Antipilozistisch	+	+	+	–	–
Antibakteriel ⁵	+	+	+	–	–

¹wirksam in der Myzelphase, nicht wirksam bei der Hefephase ² nur bei wenigen Stämmen dieser Pilzart wirksam ³ zoophiler Dermatophyt (von Katze, Hund, Meerschweinchen, Kaninchen, Rind) ⁴ Erreger der Pityriasis versicolor (Kleienflechte) ⁵ gegen *Corynebacterium minutissimum*, den Erreger des Erythrasma

Seite 20

10

20

Wann zum Arzt?



- Großflächig
- Starke Schmerzen
- Starker Geruch (Verdacht auf Superinfektion)
- Patienten bei denen ein durchgeführter Behandlungszyklus keinen Erfolg gebracht hat
- Befall anderer Hautstellen des Körpers oder der Nägel
- Ausgedehnte trockene Schuppung v.a. an Fußsohle (evtl. Mokassins-Mykose)
- Schwangere, Stillende
- Diabetiker und Patienten unter immunsuppressiver Therapie sollten Fußpilz ärztlich behandeln lassen

21

21

Therapieergänzungen zum Antimykotika bei Fußpilz



- Pilztötender Hygienewäschespüler
- Desinfizierende Schuhspays
- Zur Vorbeugung nach der Behandlung: pflegende Fußcreme
- Präparate zur Immunstärkung

22

22

11

„Kostenlose Tipps“ im Beratungsgespräch

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

- lockeres, offenes Schuhwerk tragen
- Schuhe gut lüften und trocknen lassen
- Barfuß laufen
- Baumwollstrümpfe täglich wechseln (Socken aus Kunstfasern meiden)
- nach Fußbad / Duschen - Füße insb. Zehenzwischenräume gründlich abtrocknen
- In Sauna, Schwimmbad, Fitnessanlage, Hotelzimmer Badeschlappen tragen
- Nagelhaut schonen, nicht schneiden
- Handtücher, Strümpfe bei mind. 60°C waschen
- Extra Handtuch für betroffene Füße wählen
- Pilzsporen z.B. beim Feilen nicht verteilen
- Verletzungen an den Füßen behandeln – sie können Eintrittspforte für Erreger sein

23

23

2. Nagelpilz (Onychomykose)

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

- ✓ Erreger:
 - meistens Dermatophyten (83%), selten Hefe (1%)- oder Schimmelpilze (16%)
 - Entstehung häufig aus einer Fußpilzinfektion
- ✓ Symptome:
 - Nagelfarbe: _____
 - Struktur und Form des Nagels: keine Elastizität mehr, Nagel bröckelt ab bis hin zur völligen Zerstörung

24

24

12

2. Nagelpilz



✓ typischer Infektionsverlauf einer Onychomykose:

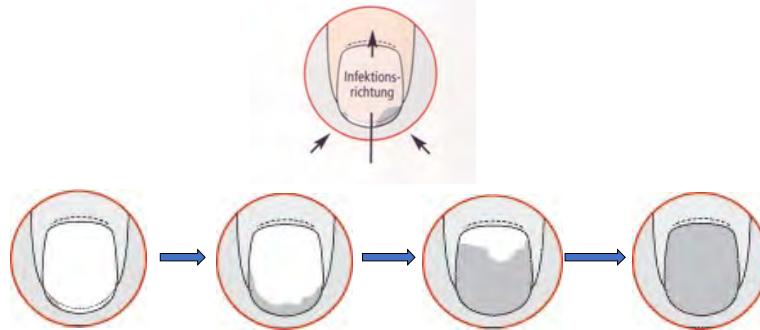


Abbildung aus www.canesten.de

Seite 25

25

2. Nagelpilz



✓ Therapie:

- Selbstmedikation möglich bei Befall von

⇒ _____
⇒ _____

- lokale Therapie:

- Ciclopirox Ciclopirox

wasserlöslicher Lack: z.B. Ciclopoli® gegen Nagelpilz,

wasserfeste Lacke: z.B. Ciclocutan®, Nagel Batrafen®

- Amorolfin (z.B. Loceryl® Nagellack, Amofin ® Nagellack)

- Harnstoff (z.B. Canesten® extra Nagelset, Onyster ® NS)

Seite 26

13

26

2. Nagelpilz



✓ Therapie:

3 Schritttherapie¹⁾ :

1. Harnstoff
2. Lokale Therapie
- (3. Innere Therapie)

1) Aus Hautarzt 11- 2012; H.-J. Tietz- P.Nenoff

Seite 27

27

2. Nagelpilz



✓ Schritt 1: Entfernen der infizierten Nagelmasse

- wichtig um den topischen Antimykotika den Weg zu ebnen
- Mit 40% Harnstoff (i.d.R. über 2 Wo)
 - z.B. Onyster® (nur Harnstoff)
 - z.B. Canesten® Extra-Nagelset (Harnstoff mit Bifonazol, dadurch abgelöste Nagelreste nicht mehr infektiös)

✓ Schritt 2: Lokale Therapie

- Behandlung der Nagelwunde konsequent mit einem Antimykotikum, das eine sporozyde Wirkung besitzt
- Behandlung des Schuhwerkes (Sporen können länger als 6 Monate überleben)

Quelle: Hautarzt 11- 2012; H.-J. Tietz- P.Nenoff

Seite 28

28

14



29

2. Nagelpilz

✓ Dosierung und Anwendungsdauer (lokale Therapie)



Wirkstoff	Dosierung	Anwendungsdauer
Ciclopirox – wasserlöslich <i>Ciclop®</i> gegen Nagelpilz	1x täglich	6 Monate (Fingernägel) 9-12 Monate (Fußnägel)
Ciclopirox - wasserfest <i>Ciclocutan®</i> <i>Nagel Batrafen®</i>	1. Monat: jeden 2. Tag 2. Monat: mind. 2 mal/Woche Ab 3. Monat: 1 mal/Woche	max. 6 Monate (ohne ärztl. Rat)
Amorolfin - wasserfest <i>Loceryl® Nagellack</i> <i>Amofin® Nagellack</i>	1-2 mal/Woche 1 mal/Woche	je nach Befallsgrad 6 - 12 Monate
1. Harnstoff (40%) + Bifonazol <i>Canesten extra®NS</i> 2. Bifonazol <i>Canesten extra®</i>	1 mal täglich	7 – 14 Tage (bis Nagelbett glatt ist)
	1 mal täglich	ca. 4 Wochen
1. Harnstoff (40%) <i>Onystop® NS</i> 2. Ciclopirox <i>Midast® Nagellack</i>	1 mal täglich Siehe wasserfeste Ciclopirox Lacke	1-3 Wochen (je nach Befall) Siehe wasserfeste Ciclopirox Lacke

Seite 30

15

30

2. Nagelpilz

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

✓ Schritt 3: Systemische Therapie

- Keine Selbstmedikation!
- Erfolgt  bei mehr als 3 betroffenen Nägeln
 -  wenn mehr als 2/3 des Nagels vom Pilz befallen ist
- Immer auf Grundlage einer gründlichen Lokalbehandlung, Heilerfolge bei alleiniger Tablettengabe mit einer Quote von 40-70% bescheiden
- Bedeutende Neuerung: niedrig dosierte Langzeitbehandlung in Verbindung mit der topischen Therapie, bis der Nagel gesund herausgewachsen ist

Quelle: Hautarzt 11- 2012; H.-J. Tietz- P.Nenoff

31

31

2. Nagelpilz

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

✓ Dosierung und Anwendungsdauer (systemische Therapie in Verbindung mit lokaler Therapie)

Präparat	Fluconazol	Terbinafin	Itraconazol
Bevorzugt	Kinder	Erw./ Senioren	Erwachsene
Anfluten	3 Tage	5-14 Tage	3 Tage
1mal/Woche, bis zum totalen Heilerfolg	Kdr. Bis 6 Jahre 100mg ab 6 Jahre 150mg	250mg	200mg

Quelle: Hautarzt 11- 2012; H.-J. Tietz- P.Nenoff

Seite 32

32

16

3. Vaginalmykose



- ✓ Erreger:
 - Hefepilz

- ✓ Symptome:
 - quälender Juckreiz
 - Brennen, Rötung des betroffenen Bereichs
 - gelblich-weißer, geruchloser Ausfluss

33

33



	Bakterielle Vaginose	Candida-Vaginitis	Trichomonaden-Vaginitis
Hauptsymptome	- stark riechender Ausfluss	- starker Juckreiz (Vulva) wenig krümeliger Ausfluss - evtl. leicht säuerl. riechend	- reichlich dünnflüssiger Ausfluss (oft faulig riechend)
Vulvitis	selten	häufig	teilweise
Vaginalschleimhaut	wenig entzündet	Erythem mit dicken weißen Belägen	Erythem z.T. mit Stecknadelkopfgroßen Blutungen
pH (Vagina)	$\geq 4,5$	$\leq 4,5$	$\geq 5,0$
Amingeruch	stark	fehlt	oft vorhanden

| 34

34

17

Therapie der Vaginalmykose



Nystatin (Biofanal ® VTA/SAL) :

- 1 g Salbe bzw. 1 Tablette mit je 100.000 E. Nystatin
- Behandlungsduer 3 – 6 Tage

- Selbstmedikation mit Clotrimazol unter ff. Bedingungen möglich:
 1. ärztliche Abklärung einer Erstinfektion
 2. weniger als 4 Infektionen/Jahr
 3. Alter > 18 Jahre
 4. keine Schwangerschaft

35

35

Therapiemöglichkeiten



- Einmaltherapie mit Clotrimazol
→ 500 mg pro Tablette/Supp (Canesten® Gyn Once,
Vagisan ® Myko Kombi)
- Drei-Tage-Therapie mit Clotrimazol
→ 200 mg pro Tablette/Supp (Canifug ® Cremolum 200 VZ)
→ 20 g 2%ige Creme
(Clotrimazol AL® 2% VC, Mykofungin® 3 VC)
→ Kombipackung (KadeFungin® 3 mit 2%iger Creme,
Canesten® Gyn 3 Tage mit 1%iger Creme)

36

36

18

3. Nach der Vaginalmykose



■ "Je saurer das Milieu, desto besser ist die Therapie" – so richtig dieser Satz ist, so falsch ist seine Übertragung auf die Nachbehandlung einer Mykose oder auf deren "Prophylaxe".

■ „Nach der Vaginalmykose“

Die postinfektiöse Vaginalhaut nach einer Antimykotikatherapie benötigt gute Pflege und Regeneration, **keine Säure!**

z.B. Gynomunal® Vaginalgel,
KadeFungin® Befeuchtungsgel mit Hyaluronan

37

37

■ Milchsäurekur?!?

- Nach bakterieller Vaginose
- Nach oral angewandter Antibiotikatherapie
- Nach lokal angewandter Antibiotikatherapie
- zur Prophylaxe von Harnwegsinfektionen

Seite 38

19

38

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

III. Blasenentzündung

- Krankheitsbild
- Symptome
- Ursachen, Risikofaktoren
- Wann zum Arzt?
- Therapiemöglichkeiten
- kostenlose Tipps

39

39

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Krankheitsbild

- HWI können sowohl oberen als auch unteren Harnwege betreffen
- Infektion der oberen Harnwege: Nierenbeckenentzündung
- Infektion der unteren Harnwege: Blasenentzündung (Cystitis)
- bei der Blasenentzündung führt eine Infektion der Harnwege zur Entzündung der Blasenschleimhaut
- Frauen trifft es besonders leicht und häufig (kürzere Harnröhre – 4 cm, vgl. Männer (rund 20 cm))
- somit können Keime leicht über die Harnröhre in die Harnblase aufzusteigen
- häufigsten Erreger der unkomplizierten Blasenentzündung sind Colibakterien, Enterokokken und Staphylokokken
- Mehr als die Hälfte aller Frauen erkranken mindestens einmal im Leben an einem HWI
- Ungefähr jede fünfte Betroffene hat einen oder mehrere Infekte pro Jahr

40

40

20

Symptome



- häufiger Harndrang (Pollakisurie) bei kleinen Urinmengen
- Brennen und Stechen beim Wasserlassen (Dysurie)
- Krämpfe im Unterleib kommen (Blasenkrämpfe)
- Urin kann trübe verfärbt sein und auffällig riechen, manchmal ist er mit kleineren Mengen Blut durchsetzt

41

41

Risikofaktoren bei gesunden Frauen



- mangelnde oder übertriebene Intimhygiene
- häufiger Geschlechtsverkehr („Honeymoon-Cystitis“)
- verzögerte Blasenentleerung nach dem Geschlechtsverkehr
- Gebrauch von Diaphragma und Spermiziden
- lokale Unterkühlung, beispielsweise durch nasse Badekleidung
- eine zu geringe Trinkmenge
- vorangegangene Blasenentzündung
- durch anatomische Nähe von Harnröhre und Darmausgang können Darmkeime durch Schmierinfektion leicht in die Harnröhre gelangen
- sinkender Estrogen-Spiegel in den Wechseljahren und Weitung der Harnröhre durch hormonelle Veränderungen in der Schwangerschaft

42

42

21

Wann zum Arzt?



- zusätzlich Schmerzen im Rücken- und Flankenbereich
- Fieber
- Ausfluss
- Patientinnen, bei denen die Beschwerden erstmalig auftreten
- häufig wiederkehren
- Symptome bereits länger als fünf Tage dauern
- Verschlimmern sich Beschwerden einer unkomplizierten akuten Blasenentzündung unter der Selbstmedikationstherapie
- Blut im Urin
- Schwangere, Immunsupprimierte, Patienten mit Niereninsuffizienz, Diabetiker, Kinder und Männer

43

43

Therapiemöglichkeiten



- Blasen- und Nierentee
- Phytopharmaka
- Schmerzmittel
- Antibiotika

44

44

22

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Blasen- und Nierentees (Auswahl)

Birkenblätter, Goldrutenkraut	Heumann Blasen- und Nierentee Instanttee	ab zwölf Jahren 5x1 Tasse (mit einem Messlöffel)
Bärentraubenblätter, Samenfreie Garten-Bohnenhülsen, Schachtelhalm, Birkenblätter	H&S Blasen- und Nierentee	ab 12 Jahren 3- bis 4x1 Tasse mit ein bis zwei Beuteln
Birkenblätter, Orthosiphonblätter, Goldrutenkraut	Sidroga® Blasen-Nieren-Spültee Teebeutel	ab 12 Jahren 3- bis 4x1 Tasse mit ein bis zwei Beuteln

Quelle: Teamschulung Blasenentzündung 2017 / Ausgabe 2 – Nummer 14

Birkenblätter (Betulae folium), Schachtelhalmkraut (Equiseti herba), Bohnenschalen (Phaseoli fructus sine semine) und Brennnesselblätter oder -kraut (Urticae folium bzw. herba) wirken wegen der enthaltenen Flavonoide harntreibend → Einsatz in Blasen- und Nierentees

45

45

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Möglichkeiten der Phytotherapie

- echtes Goldrutenkraut, schwach spasmolytisch, durchspülend und entzündungshemmend
- Orthosiphonblätter schwach spasmolytisch, durchspülend
- Hauhechelwurzel durchspülende Wirkung
- pflanzliche Drogen mit keimhemmenden Effekten gelten u.a. Bärentraube, Kapuzinerkresse und Meerrettich

46

46

23

„Phytos“ bei Blasenentzündung

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Monopräparate (Auswahl)

Bärentraubenblätter	Cystinol® akut Dragees Uvalysat® Flüssigkeit	ab 12 Jahren, 3x2 Drg. ab 12 Jahren, bis 4x2-3ml
Echtes Goldrutenkraut	Solidacur® FTA	ab 12 Jahren, 2-3x1 FTA
Orthosiphonblätter	Ardeynephron® Kapseln	ab 18 Jahren, 3-4x2 Kps.
Cranberry	Cranberola® Cys-Control Pulver	Auch für Kdr. 1x1 Beutel (NEM)

Quelle: Teamschulung Blasenentzündung 2017/ Ausgabe 2 – Nummer 14

47

47

„Phytos“ bei Blasenentzündung

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Pflanzliche Kombipräparate (Auswahl)

Rosmarin, Tausendgüldenkraut, Liebstöckel	Canephron® Uno	ab 12 Jahren, 3x1 FTA
Echtes Goldrutenkraut, Orthosiphonblätter, Hauhechelwurzel	Aqualibra®	ab 12 Jahren, 3x2 FTA
Echtes Goldrutenkraut, Gänsefingerkraut, Schachtelhalmkraut	Solidagoren® Liquid	ab 12 Jahren, 3x20-30 Tropfen
Kapuzinerkresse-kraut, Meerrettichwurzel	Angocin® Anti-Infekt N	ab 6 Jahren, 3x4 FTA, Kdr. 6-12 3x3 FTA

Quelle: Teamschulung Blasenentzündung 2017/ Ausgabe 2 – Nummer 14

48

24

48

Weitere Präparate bei Blasenentzündung

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Auswahl weiterer Präparate

L-Methionin	Acimol® FTA	ab 12 Jahren, 3x1-2 FTA
Gelatine, Hemicellulose, Propolis, Hibiscus sabdariffa	Utipro® Akut & Protect Kapseln	Keine Altersbeschränkung, Therapie: 2x1 Kps. f. 5 d Prophylaxe: 1x1 über 15 Tage pro Monat
D-Mannose	Femannose® Trinkgranulat	ab 14 Jahren, Therapie: 3x1 Beutel, ab 4. Tag 2x1 Beutel Prophylaxe: 1x1 Beutel

Quelle: Teamschulung Blasenentzündung 2017 / Ausgabe 2 – Nummer 14

49

49

Wirkprinzip L-Methionin am Beispiel Acimol®

pH 4,6 natürlicher pH-Wert in der Blase pH 7,5

pH 6 bis pH 7

In diesem Bereich können sich *E. coli* Bakterien ungebremst vermehren.

Acimol® verschiebt den pH-Wert

Das Bakterien Wachstum wird gebremst und die Blase kann sich erholen.

<https://www.dr-pfleger.de/acimol/blasenentzuendung-harnansaeuerung.php>

Seite 50

25

50

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

So wirkt D-Mannose

Quelle: <https://www.femannose.de/wirkstoff-d-mannose.html>

Seite 51

51

**BERATUNG
IST DIE BESTE
MEDIZIN**

Schmerztherapie

- Mittel der Wahl sind Ibuprofen oder Paracetamol, letzteres bei krampfartigen Schmerzen auch in Kombination mit Butylscopolaminiumbromid (z. B. Buscopan® plus)

52

26

Antibiotika



- Fosfomycin (z.B. Monuril®),
- Nitrofurantoin (z.B. Nifurantin®)
- Pivmecillinam (X-Systo®)

53

53

Kostenlose Tipps



- ausreichend Trinken (mindestens zwei Litern täglich)
- Wärme (Wärmflasche, Körnerkissen)
- regelmäßig und vollständig Entleerung der Blase
- direkte Miktion nach dem Geschlechtsverkehr
- Richtige Genital-Hygiene
- Korrekte Analtoilette
- Nasse Badekleidung immer sofort wechseln

54

54

27

Verwendete Literatur und Sonstige Quellen



- [Rainer Braun, Martin Schulz, Hiltrud von der Gathen, Barbara Peruche](#) (Autoren): Selbstbehandlung. Beratung in der Selbstmedikation, Loseblattwerksammlung
- [Petra Dietlmeier: Beratungspraxis Kopfschmerzen und Migräne, Nehren, 1. Auflage 2011](#)
- [Jutta Lehnen: Beratungspraxis Pilzinfektionen, Bonn, 1. Auflage 2013](#)
- [H.-J.Tietz-P.Nenoff: Onychomykose, Hautarzt 11-2012](#)
- [Teamschulung Fußpilz, Beilage der Deutschen Apothekerzeitung, 2017, Ausgabe 3 -Nummer 15](#)
- [Teamschulung Blasenentzündung, Beilage der Deutschen Apothekerzeitung, 2017, Ausgabe 2 - Nummer 14](#)
- [BAK, Geschäftsbereich Pharmazie: Vortragsreihe „Selbstmedikation in Fallbeispielen“ – Beratung in der Apotheke](#)

| 55

55

Online-Quellen:



- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/news/artikel/2018/01/01/unruhig-erschoepft-schlaflos>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2011/daz-20-2011/pilzinfektionen-sind-heilbar>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2014/daz-23-2014/sommerzeit-ist-pilzzeit>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/news/artikel/2017/07/13/fusspilz-durch-sommerlichen-badespass>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2016/daz-39-2016/hilfe-bei-brennenden-beschwerden>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/news/artikel/2018/01/01/cystinol-blasenentzuedung-ein-brennendes-problem/chapter:3>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2003/daz-51-2003/uid-11170>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2014/daz-18-2014/unkompliziert-bis-problematisch>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/news/artikel/2016/08/18/monuril-bei-harnwegsinfektionen/chapter:2>

Seite 56

28

56