

ZUR PERSON

PROFESSOR DR. AGLAJA STIRN

ist Direktorin des Instituts für Sexualmedizin und Forensische Psychiatrie und Psychotherapie, Fachärztin für Psychosomatische Medizin, Gruppentherapie, Psychoanalyse und Sexualtherapie an der Universität Kiel, Zentrum für Integrative Psychiatrie ZIP.

WWW.ZIP-KIEL.DE



Vertrauen

Die Kunden, die zu Ihnen in die Apotheke kommen, schenken Ihnen ihr Vertrauen: Sie berichten von intimen Dingen, erzählen von Krankheit und Leid und hoffen auf hilfreiche Tipps und Produkte, die ihnen helfen, oder manchmal einfach auf ein offenes Ohr.

Wovon hängt es ab, dass man einem Menschen vertraut oder nicht? Natürlich fängt alles mit dem Urvertrauen an, das Vertrauen in die Umwelt, die primären Bezugspersonen – gerade der Säugling muss darauf vertrauen, dass er gepflegt, versorgt und ernährt wird. Ohne Vertrauen lässt es sich nur sehr schwer leben, was aber nicht heißt, dass ein gesundes Misstrauen nicht auch gut wäre. Blauäugig zu vertrauen kann gefährlich sein.

Aber wem kann ich wirklich vertrauen? Der Politik, meinem Arzt oder Apotheker, dem Freund, dem Partner ...? Wir vertrauen darauf, dass man nicht hintergangen wird, der andere die Wahrheit sagt und mit dem, was wir ihm anvertrauen, gut umgeht. Wir können nicht alles prüfen oder kon-

Um zu vertrauen, möchte man sich ein Bild über die Einrichtung machen und etwas über die Menschen wissen, denen man vertrauen soll. Einfach blind zu vertrauen, kann ein hohes Risiko bedeuten – nicht alles zu glauben und kritisch zu hinterfragen, ist sicherlich nicht falsch. Irgendwann kommen wir dann dazu, dass wir Menschen oder Institutionen für vertrauenswürdig halten oder nicht.

Vieles hängt hier von den eigenen Erfahrungen ab, ist jedoch nicht immer rational begründet. Es kann auch sein, dass ich mit einem Menschen keine schlechten Erfahrungen gemacht habe und ihm trotzdem nicht vertraue. Und es hängt von meiner Persönlichkeitsstruktur ab, ob ich eher vertrauensselig bin oder eher misstrauisch. Es gibt Menschen, denen begegnet man zum ersten Mal und hat schon ein großes Vertrauen – gerechtfertigt oder nicht gerechtfertigt – und bei anderen Menschen fehlt dies völlig.

Womit das zu tun hat, ist nicht immer klar. Vertrauensforscher haben sich mit den Persönlichkeitsstrukturen von vertrauensseligen und misstrauischen Menschen beschäftigt und haben Faktoren

»Gerade im medizinischen Bereich ist das Vertrauen besonders wichtig.«

trollieren – wir müssen also in gewissem Sinne vertrauen. Durch Vertrauen mache ich mich verletzlich und gebe die Kontrolle ab. Wenn ich einer Freundin etwas Intimes erzähle, kann ich darauf hoffen und vertrauen, dass sie es nicht weitersagt. Wenn ich mein Kind in die Obhut des Kindergartens gebe, hoffe ich darauf, dass die Erzieherinnen gut auf es achtgeben.

Vertrauen ist also auch riskant und zumeist entsteht Vertrauen erst durch Zeit, Beziehung, Bindung und Empirie. Wenn ich gehört habe, dass ein Kindergarten nicht zuverlässig ist, dann werde ich mein Kind auch nicht dort in die Obhut geben.

herausgefunden, die dafür bedeutsam sind, ob wir eher vertrauen oder nicht. Einer davon ist die Prosozialität. Prosozial ist, wer anderen Gutes will und tut. Der- oder diejenige wird meist als vertrauenswürdig wahrgenommen, vertraut aber auch selbst mehr. Als zweiten Faktor hat man Risikobereitschaft sowie das Vergeben können herausgefunden. Wer sich vor Verletzungen schützen möchte, vertraut weniger, geht somit weniger Risiko ein. Trotz Verletzung vergeben zu können und nicht auf Vergeltung zu setzen, hat auch mit Vertrauen zu tun. Da es keine Beziehung ohne Verletzung gibt, ist dieses sehr wichtig.

Im Leben die Balance zu finden zwischen zu viel Vertrauen und zu wenig Vertrauen ist immer wieder eine lohnenswerte Herausforderung.

BRONCHOSTOP®

2 WIRKSTOFFE,

2 WIRKORTE



Bronchostop®

- Eibisch lindert den Hustenreiz im Rachenraum
- Thymian fördert das Abhusten in den tieferliegenden Atemwegen



PFLANZLICH



AB 3 JAHREN



ETHANOLFREI



VEGAN

Bronchostop® Sine Hustensaft Zusammensetzung: **Wirkstoffe:** 15 ml (= 16,7 g) der Lösung enthalten: 0,129 g Trockenextrakt aus Thymiankraut (7 – 13 : 1), Auszugsmittel: Wasser; 0,830 g Auszug aus Eibischwurzeln (1 : 12 – 14), Auszugsmittel: Wasser. **Sonstige Bestandteile:** Xylitol (E 967), Methyl-4-hydroxybenzoat (Ph. Eur.) (E 218), Propyl-4-hydroxybenzoat (E 216) (Ph. Eur.), Himbeersaftkonzentrat (enthält Sucrose [Zucker], Glucose und Fructose), Himbeersaftkonzentrat (enthält Sucrose, Glucose und Fructose) und Propylenglycol (E 1520). Packungsbeilage beachten. **Anwendungsgebiete:** Bronchostop® Sine Hustensaft ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel angewendet zur Linderung von Schleimhautreizungen im Mund- und Rachenraum und damit verbundenem trockenem Reizhusten sowie zur Förderung des Abhustens bei produktivem Husten im Zusammenhang mit einer Erkältung. Das Arzneimittel ist ein traditionelles Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. **Gegenanzeigen:** Bronchostop® Sine Hustensaft darf nicht eingenommen werden bei Allergie gegen Thymiantrockenextrakt, Eibischwurzelflüssigextrakt, ein anderes Mitglied aus der Familie der Lippenblütler, Methyl-4-hydroxybenzoat (E 218), Propyl-4-hydroxybenzoat (E 216), oder einen sonstigen Bestandteil dieses Arzneimittels. **Nebenwirkungen:** Überempfindlichkeitsreaktionen sowie Magen-Darmbeschwerden wurden bei Arzneimitteln mit Thymian beobachtet. Kwizda Pharma GmbH, Effingergasse 21, 1160 Wien, Österreich; Cassella-med, Gereonsmühlengasse 1, 50670 Köln, Deutschland.