



Schwangere und Stillende

Eine sichere und verträgliche Arzneimitteltherapie ist das A und O in Schwangerschaft und Stillzeit. In der Vor-Ort-Apotheke erfahren die Betroffenen im **persönlichen Gespräch**, welche Präparate geeignet sind.

Schwangere Frauen sind eine ganz besondere Kundengruppe in der Apotheke. Sie sind jung und nehmen nur wenige Arzneimittel ein, brauchen die Apotheke also eher selten. Doch die Schwangerschaft ändert die Situation. Nun suchen viele den pharmazeutischen Rat, wenn sie leichte Beschwerden haben, die sie normalerweise in der Selbstmedikation behandeln würden. Schließlich soll das Kind durch die Medikamenteneinnahme

nicht geschädigt werden, wie es beim Contergan-Skandal passiert ist. Arzneistoffe, aber auch Genussmittel wie Alkohol oder Zigaretten können die Entwicklung des Ungeborenen beeinträchtigen. Besonders kritisch ist die erste Schwangerschaftsphase, die ersten zehn Wochen. In dieser Zeit werden die Organe angelegt und Teratogene können zu schweren Anomalien führen. Hier gilt das Prinzip „So wenig wie möglich“. Im weiteren Verlauf gibt es für nahezu jede Indikation eine Therapiemöglichkeit,

die auch für das Kind sicher ist. Gute Informationen dazu sind auf der Seite www.embryotox.de zu finden. Hier können sowohl Arzneimittel als auch Beschwerden als Suchbegriffe eingegeben werden, um fundierte Bewertungen von Wirkstoffen in den drei Phasen der Schwangerschaft sowie der Stillzeit zu finden.

Individuelle Beratung Die Bedürfnisse der Frauen sind sehr unterschiedlich. Junge Frauen in ihrer ersten Schwan-

gerschaft benötigen viele Informationen und emotionale Begleitung. Frauen in der zweiten oder weiteren Schwangerschaft sind bereits erfahren, sie kennen die körperlichen Veränderungen und wissen, was zu beachten ist. Spätgebärende haben eher gesundheitliche Risiken wie Bluthochdruck und sollten engmaschig von Arzt und pharmazeutischen Mitarbeitern begleitet werden. Schwangere wünschen eine gute Beratung rund um die Supplementierung von Vitaminen und Spurenelementen, welche Arzneimittel bei Erkältung und Kopfschmerzen auch in der Schwangerschaft eingesetzt werden dürfen und Rat, wenn verschreibungspflichtige Medikamente vom Arzt verordnet wurden und Unsicherheit zur Einnahme besteht. Für all diese Fragen bietet die Vor-Ort-Apotheke niederschwellig und persönlich ihre Beratung.

Sicher und verträglich Ein Grundbedürfnis nach Sicherheit bei der medikamentösen Therapie haben alle Schwangere

gleichermaßen. Sie müssen daher selbst kompetent sein und in der Beratung Sicherheit und Kompetenz ausstrahlen, damit die Frauen der vorgeschlagenen Therapie vertrauen. Wenn Sie unsicher und unentschlossen wirken, die Fragen nicht zuverlässig und klar beantworten können, dann überträgt sich diese Unsicherheit auf die Schwangere und die möglicherweise sinnvolle und angezeigte Behandlung wird aus Angst nicht umgesetzt. Wenn Sie sich selbst noch nicht sicher genug fühlen, können Sie eine Kollegin oder einen Kollegen hinzuziehen. Außerdem finden Sie Schulungen zum Thema Schwangerschaft und Stillzeit im Angebot von Kammern und Verbänden, die zum Wissenszuwachs beitragen.

Kompetent Schwangere leiden häufig unter den typischen Schwangerschaftsbeschwerden, wie Übelkeit, Sodbrennen oder Verstopfung. Dann sollten die Grenzen der Selbstmedikation und die bisherigen therapeutischen Maßnahmen abgefragt werden. Zum Beispiel können Kopfschmerzen verbunden mit einem hohen Blutdruck auf eine Schwangerschaftsgestose hinweisen. Bei Anzeichen für derartige Komplikationen der Schwangerschaft und intensive Beschwerden, sollten Sie die Frau zum Arzt schicken. In den meisten banalen Fällen kann aber ein guter Tipp für die Selbstmedikation, die Ernährung oder zum Lebensstil gegeben werden und helfen.

Einfühlsam begleiten Die erste Schwangerschaft ist ein großer Einschnitt und verunsichert viele Frauen. Es tut ihnen gut, wenn in der Apotheke nach dem bisherigen Verlauf der Schwangerschaft gefragt wird und Angebote zur Unterstüt-

zung gemacht werden. Im Gespräch lassen sich Unsicherheiten heraushören. Gute Informationsbroschüren zur Schwangerschaft, Entbindung und Stillzeit gibt es von der Zentrale für gesundheitliche Aufklärung. Entwickelt sich unter der Schwangerschaft ein Schwangerschaftsdiabetes, sollten Sie ein Messgerät zur Kontrolle des Blutzuckers und Ernährungsratgeber anbieten. Aufklärung zum Risiko und zur Behandlung eines Schwangerschaftsdiabetes trägt zur Beruhigung der Betroffenen bei und reduziert deren Ängste. Auch Kontakte zu Hebammen und Entbindungskliniken können über die Apotheke vermittelt werden. Wenn die erste Geburt bevorsteht, wissen viele Frauen nicht, was sie im Krankenhaus und für die Zeit danach brauchen. Auch dazu kann die Apotheke eine Checkliste zur Verfügung stellen. Wenn die Frau plant zu stillen, ist es hilfreich, wenn Sie die Stillende auch mit Stillutensilien, vielleicht auch mit einer Milchpumpe, begleiten. Optimal ist es, wenn eine Kooperation der Apotheke mit einer Hebammenpraxis besteht und gemeinsame Informationsveranstaltungen oder Aktionen angeboten werden. So können dann auch empfohlene Pflegeprodukte der Hebammen in der Apotheke vorrätig gehalten werden.

Investition in die Zukunft Wenn eine Frau in Schwangerschaft und Stillzeit pharmazeutisch gut versorgt wird, dann entscheidet sie sich häufig für diese Apotheke als zukünftige Stammapotheke, die sie mit ihren Kindern aufsucht, weil sie dort kompetente und umfassende Beratung kennengelernt hat. ■

*Dr. Katja Renner,
Apothekerin*



SCHNELLE HILFE BEI ERSTEN SYMPTOMEN TROCKENER AUGEN.

HYLO FRESH®

Erfrischung müder oder leicht trockener Augen



HYLO CARE®

Befeuchtung und Pflege bei täglicher Augenbelastung

- ✓ Mit hochwertiger Hyaluronsäure
- ✓ Ohne Konservierungsmittel und Phosphate
- ✓ Mit Kontaktlinsen verträglich
- ✓ 6 Monate nach Anbruch verwendbar

Weitere Informationen unter: hylo.de

HYLO® - DIE NR. 1¹ BEI TROCKENEN AUGEN

¹ Abverkauf Total (EH) der HYLO® Produktfamilie; IH Galaxy; APO Channel Monitor; S01K1: MAT 2020.12