

Gelenkbeschwerden können den Alltag stark einschränken. Für viele Betroffene sind **Schmerzgele** dann die erste Wahl. Sie stellen daher ein gängiges Beratungsthema in der Apotheke dar.

Immer wieder mittendrin

Schmerzen sind unangenehm und können uns den Alltag zur Hölle machen. Sie stören bei der Arbeit sowie in der Freizeit und mindern zudem unsere Konzentrationsfähigkeit. Trotzdem kommt ihnen als Alarmsignal des Körpers eine wichtige Bedeutung zu, da sie anzeigen, dass der Organismus verletzt wurde und die Schmerzen folglich einen Schutz vor Überlastung bezwecken. Geplagte wünschen sich sehnlichst, dass die lästigen Beschwerden rasch ein Ende nehmen. Kaum verwunderlich also, dass Analgetika neben Erkältungspräparaten die am häufigsten nachgefragten Medikamente sind. Bei diesem zentralen Beratungsthema sollten PTA und Apotheker Betroffene umfassend informieren und sie bei der Auswahl des geeigneten Arzneimittels unterstützen.

Gelenkbeschwerden treten im Laufe eines Lebens häufiger auf. Ursachen können Sport- und Unfallverletzungen sein, wie zum Beispiel Zerrungen

oder Verstauchungen, die akute Gelenkschmerzen verursachen. Ebenso können Entzündungen im Gelenk oder den umgebenden Bändern, Sehnen und Schleimbeuteln die Ursache sein.¹ Solch eine Entzündung äußert sich durch Rötungen, Schmerzen, Schwellungen, Erwärmungen und Funktionseinschränkungen, jedoch sind nicht immer all diese Anzeichen spürbar. Mit fortgeschrittenem Alter ist es häufig der Gelenkverschleiß (Arthrose), der zu Schmerzen und Funktionseinschränkungen führt. Wenn Kunden über Schmerzen der Knochen, Gelenke, Muskeln, Bänder oder Sehnen klagen, ist es wichtig, frühzeitig mit der Therapie zu beginnen, damit sich die Lage nicht verschlimmert oder gar chronisch wird.

Eingeschränkte Lebensqualität Gelenkschmerzen zählen zu den pathophysiologischen Nozizeptorschmerzen. Das bedeutet, sie gehen von Gewebeschädigungen an Organen (viszeral) oder an Haut, Knochen, Muskulatur, Sehnen,

Bindegewebe sowie Gelenken (sوماتisch) aus. Die Schmerzen treten häufig bei Belastung auf und verstärken sich bei körperlichen Aktivitäten. Erst wenn der Gewebeschaden verheilt ist, lassen sie nach. Gelenkschmerzen können chronisch werden (z. B. bei Verschleißerscheinungen der Gelenke), weshalb ihnen ein besonderes Augenmerk gelten sollte. Charakteristisch sind drückende, bohrende oder punktförmig stechende Schmerzen. Der Alltagsablauf und die Lebensqualität Betroffener sind enorm eingeschränkt, was

¹ Roche Lexikon Medizin Online: Gelenkbeschwerden. 2013, 5. Aufl., zuletzt aufgerufen am 22.03.2014: www.roche.de/lexikon/index.htm?userinput=Suche%20im%20Roche%20Lexikon&loc=www.roche.de

² Zacher J, Altman R, Bellamy N, Bruhlmann P, Da Silva J, Huskisson E, et al. Topical diclofenac and its role in pain and inflammation: an evidence-based review. *Curr Med Res Opin.* 2008; 24:925-50.

* Infolge stumpfer Traumen, zum Beispiel Sport- und Unfallverletzungen



besonders ältere Menschen als stark einschneidend erleben. Das Ankleiden wird zur Hürde, der Einkauf auf dem Markt zur Herausforderung und lang geplante Unternehmungen müssen schweren Herzens abgesagt werden. Kein Wunder, dass sich Senioren dann oft hilflos fühlen und die Schmerzen bei gravierenden Beeinträchtigungen auch zu einer depressiven Verstimmung führen können.

Um trotz der Beschwerden mit beiden Beinen im Leben zu stehen, ist eine schmerz- und entzündungs-

hemmende Behandlung hilfreich. Bei leichten bis mäßig starken Schmerzen können Schmerzgele und -cremes aus der Apotheke helfen, die Schmerzen zu lindern und die Entzündung zu bekämpfen. Hier hat sich der Wirkstoff Diclofenac bewährt, der in topischer Form in einigen Schmerzgele und -cremes zur Verfügung steht. Diclofenac wirkt effektiv gegen Schmerzen, ist gut verträglich und eignet sich zur Behandlung von Entzündungen bei schmerzhaften Erkrankungen des Muskel- und Gelenkapparates.²

Nur zwei Mal täglich Neu in der Apotheke ist Voltaren Schmerzgel forte® mit dem bewährten Wirkstoff Diclofenac Diethylaminsalz. Es wirkt schmerzlindernd und entzündungshemmend bei akuten Gelenkschmerzen*. Im Vergleich zu anderen Diclofenac-haltigen Schmerzgele enthält Voltaren Schmerzgel forte® mit 23,2 Milligramm Wirkstoff pro ein Gramm Gel die doppelte Wirkstoffkonzentration. Dadurch muss es nur zwei Mal täglich, bevorzugt morgens und abends, aufgetragen werden und führt so zu einer ver- ►

AKTION BEWEGUNGSSCHMERZEN

* Infolge stumpfer Traumen, zum Beispiel Sport- und Unfallverletzungen

³ Predel HG et al. Efficacy and Safety of Diclofenac-Diethylamine 2,32% Gel in Acute Ankle Sprain. Med Sci Sports Exerc. 2012, Sep, 44 (9):1629-1636.

⁴ Hasler-Nguyen N et al., Novartis Consumer Health 2007, data on file.

► besserten Compliance der Anwender. Besonders für ältere Menschen, die aufgrund akuter Gelenkschmerzen* ihren Alltag nicht wie geplant bewältigen können, aber dennoch gerne aktiv wären, ist die einfache Anwendung von großer Bedeutung. Sie können das Schmerzgel morgens vor dem Anziehen und abends vor dem Schlafengehen auftragen und müssen tagsüber nicht an weite-

Effektive Hilfe In einer placebo-kontrollierten Vergleichsstudie an 242 Patienten mit akuter Fußgelenksdistorsion konnte ein sehr guter Therapieerfolg mit Voltaren Schmerzgel forte® bei nur zwei Mal täglicher Anwendung dokumentiert werden. Die Überlegenheit gegenüber Placebo war signifikant. So war die Schmerzreduktion bei zwei und drei Mal täglichem Auftragen (49,1

eine zweimalige Anwendung für einen guten Therapieerfolg ausreichend. Voltaren Schmerzgel forte® wurde gut vertragen.

Neben Wirksamkeit und Verträglichkeit sind bei der Auswahl des geeigneten Präparates auch die Produkteigenschaften relevant. Dazu zählen sowohl die Galenik als auch die Penetrationseigenschaften des Wirkstoffs, welche Einfluss darauf nehmen, dass die Substanz in ausreichender Konzentration das Gewebe erreicht. Voltaren Schmerzgel forte® mit der doppelten Konzentration an Diclofenac besitzt eine innovative Emulsionsgel-Galenik. Der Wirkstoff liegt gelöst in einer Öl-in-Hydrogel-Emulsion vor und kann schnell in die Haut und bis ins Zielgewebe eindringen. Außerdem vereinen Emulsionsgele die Eigenschaften von Gels und Cremes, sie kühlen und pflegen die Haut. Der enthaltene Penetrationsbeschleuniger Oleylalkohol sorgt für eine gute Durchdringung der Haut, so dass eine möglichst große Menge Wirkstoff im Zielgewebe ankommt.⁴ Das Gel wird dünn auf die schmerzenden Bereiche aufgetragen und leicht eingerieben. Man verwendet je nach Größe der zu behandelnden Stelle eine kirsch- bis walnussgroße Menge des Gels. Praktisch ist außerdem der Komfortverschluss der Tube: Er lässt sich mit nur einer halben Umdrehung öffnen und schließen und ist somit auch für Menschen mit eingeschränkter Kraft in den Händen bequem benutzbar. ■

Martina Görz,

PTA und Fachjournalistin (FJS)

EXKURS: BETROFFENE SENIOREN

Das Beratungsgespräch mit älteren Menschen ist im Apothekenalltag eine besondere Herausforderung für PTA und Apotheker. Häufig sprechen Senioren nicht offen über ihre Beschwerden, da sie die Schmerzen als zum Alter dazugehörig und somit als Normalzustand ansehen. Zudem beschreiben sie Schmerzen anders als jüngere Kunden. Fragen Sie daher präzise und einfühlsam nach den vorliegenden Symptomen.

Schmerzen haben bei älteren Menschen in der Regel massive Auswirkungen: Nicht selten gehen sie mit einem Gefühl von Hilflosigkeit einher, das sich zu einer Depression entwickeln kann. Klagen Kunden über depressive Verstimmungen, sollten PTA und Apotheker daher vorsichtig nachfragen, ob sie unter anhaltenden Schmerzen leiden. Weiterhin müssen Sie beachten, dass ältere Menschen häufig verschiedene Medikamente einnehmen. Daher ist es im Beratungsgespräch wichtig, Wechselwirkungen abzuklären und eine möglichst verträgliche Therapie gegen die Beschwerden auszuwählen. Voltaren Schmerzgel forte® besitzt eine gute Verträglichkeit und aufgrund der topischen Anwendung ist die Gefahr von Wechselwirkungen sehr gering.

res Einreiben denken. Die Anwendung ist somit an den individuellen Tagesrhythmus angepasst. Auch für Personen, die auf die Hilfe anderer, beispielsweise die eines Pflegedienstes, angewiesen sind, stellt die nur zwei Mal tägliche Anwendung einen entscheidenden Vorteil dar. Die Pfleger können die Patienten im Rahmen der individuellen Versorgung mit Voltaren Schmerzgel forte® einreiben und wissen sie in ihrer Abwesenheit gut versorgt.

Millimeter, beziehungsweise 49,7 Millimeter auf der 100 Millimeter visuellen Analogskala) fünf Tage nach Behandlungsbeginn fast doppelt so hoch wie bei Placebo (25,4 Millimeter). Gleichzeitig verbesserte sich die Funktionsfähigkeit des Fußgelenks und auch die Abnahme der Schwellung war signifikant stärker.³ Vergleichsmessungen zwischen zweimaliger und dreimaliger Anwendung pro Tag ergaben keine signifikanten Unterschiede. Folglich ist

Voltaren Schmerzgel forte® 23,2 mg/g Gel für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren (Wirkstoff: Diclofenac, Diethylaminsalz). **Zus.:** 1 g Gel enth. 23,2 mg Diclofenac, Diethylaminsalz (entspr. 20 mg Diclofenac-Natrium). Sonstige Bestandt.: Gereinigtes Wasser, 2-Propanol, Propylenglycol, Cocoylcaprylocaprat, Paraffin, Macrogolcetylstearylather, Carborer, Diethylamin, Oleylalkohol, eukalyptushaltiges Parfum, Butylhydroxytoluol. Ind.: Zur lokalen, symptomatischen Behandlung von Schmerzen b. akuten Prellungen, Zerrungen od. Verstauchungen infolge eines stumpfen Traumas, z. B. Sport- u. Unfallverletzungen. Bei Jugendlichen über 14 Jahren ist das Arzneimittel zur Kurzzeitbehandlung vorgesehen. **Kontraind.:** Absolut: Überempfindlichkeit gg. den Wirkstoff Diclofenac, einen der sonst. Bestandt. d. AM od. and. Schmerz- u. Rheumamittel (NSAR); Überempfindlichkeit (Allergie) gg. Propylenglycol, 2-Propanol u./od. dem eukalyptushalt. Parfum; Pat., bei denen Asthmaanfalle, Hautausschlag od. akute Rhinitis durch Acetylsalicylsäure od. NSARs eingeleitet werden; offene Verletzungen, Entzündungen od. Infektionen der Haut, sowie Ekzeme od. auf Schleimhäuten; III. Trimenon; Kinder u. Jugendliche unter 14 J. Rel.: Erkrankte od. verletzte Haut; Verwend. e. luftdichten okklusiven Verbandes; Pat., die an Asthma, Heuschnupfen, Nasenschleimhautschwellungen (sog. Nasenpolypen) od. chron. obstruktiven Atemwegserkrankungen, chron. Atemwegsinfektionen (besonders gekoppelt mit heuschnupfenartigen Erscheinungen) leiden; Pat. mit Überempfindlichkeit gg. Schmerz- u. Rheumamittel aller Art; Pat., die auch gg. and. Stoffe überempfindlich (allergisch) reagieren, wie z.B. mit Hautreaktionen, Juckreiz od. Nesselfieber; I. u. II. Trimenon; Anwend. auf d. Brust stillender Mütter; während d. Stillzeit über einen längeren Zeitraum auf großen Hautbereichen. **Nebenw.:** Häufig: Hautausschlag, Ekzem, Erythem, Dermatitis (einschl. Kontaktdermatitis), Pruritus. Selten: Bullöse Dermatitis. Sehr selten: Pustelartiger Hautausschlag. Überempfindlichkeitsreakt. (einschl. Urtikaria), Angioödem. Asthma. Photosensibilisierung. Allgem.: Bei großflächiger üb. längere Zeit andauernde Behandlung: Auftreten v. system. Nebenw. mögl. **Warnhinw.:** Propylenglycol kann Hautreizungen, Butylhydroxytoluol örtlich begrenzt Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis), Reizungen der Augen u. der Schleimhäute hervorrufen. Packungsgrößen: 100 g u. 150 g Gel. Apothekenpflichtig. Referenz: VOL11-F01

Novartis Consumer Health GmbH, 81366 München

KURZQUIZ

Mitmachen und gewinnen!

Lesen Sie den Artikel ab Seite 86, beantworten Sie alle Fragen und schicken Sie die Antworten per Post, Fax oder E-Mail an:

DIE PTA IN DER APOTHEKE
 Stichwort: »Bewegungsschmerzen«
 Postfach 57 09
 65047 Wiesbaden
 Fax: 06 11/5 85 89-269
 E-Mail: gewinnspiel@pta-aktuell.de

Einsendeschluss ist der **31. Mai 2014.**

Bitte Adresse der Apotheke angeben!

Teilnahmeberechtigt sind nur Angehörige der Heilberufe sowie Apothekenpersonal. Die Verlosung erfolgt unter Ausschluss des Rechtsweges. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinnes ist nicht möglich. Pro Person wird nur eine Einsendung berücksichtigt. Mitarbeiter der Novartis Consumer Health GmbH sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich einverstanden, dass meine Adresse zum Zwecke des Gewinnversands an die Novartis Consumer Health GmbH weitergegeben wird.



GEWINNSPIEL Bewegungsschmerzen

1. Mit welchen Worten beschreiben Ihre Kunden akute Gelenkschmerzen?



2. Was sollten Sie im Beratungsgespräch mit älteren Schmerzpatienten beachten?

3. Welche allgemeinen Tipps geben Sie Ihren Kunden mit Gelenkbeschwerden zusätzlich mit auf den Weg?

Das können Sie gewinnen:

1. bis 3. Preis:

Je ein paar modische Birkenstock® Madrid (Birko-Flor® Lack) in der Farbe Ihrer Wahl.

Bitte unbedingt Schuhgröße und Farbe angeben!



© Birkenstock® GmbH & Co. KG