

Karussell im Kopf

Wenn sich die Welt dreht und der Boden unter einem schwankt, kann sich dies bedrohlich anfühlen. Da die Lebensqualität enorm beeinträchtigt und die Sturzgefahr hoch ist, gilt **Schwindel** als therapiebedürftig.





Alles dreht sich. Der Boden schwankt unter meinen Füßen. Mir wird schwarz vor Augen. – wenn PTA und Apotheker diese Aussagen hören, handelt es sich um Kunden mit Schwindel, die in der Apotheke um Rat bitten. Sie erleben Symptome wie Drehen, Schwanken, Taumeln, Benommenheit oder Gangunsicherheit, die häufig von Angst begleitet werden. Besonders gefährlich daran ist, dass Betrof-

Mehr als nur ein Symptom

Nach Stürzen durch Schwindel gilt es nicht nur körperliche Blessuren wie blaue Flecken oder gar Knochenbrüche zu therapieren, die Unfälle gehen auch mit psychischen Konsequenzen einher. Die Resultate – insbesondere bei älteren Menschen – sind Gangunsicherheiten sowie die Furcht vor erneuten Stürzen. Erschwerend kommt hinzu, dass Betroffene in ihrer Mobilität beeinträchtigt sind, da sie meist weder Auto noch Fahr-

wickelt sich, wenn kleine Kalkkristalle in die Bogengänge des Innenohrs geraten. Bei Bewegungen des Kopfes kommt es dann zu bis zu 60 Sekunden andauernden Schwindelattacken. Orthostatischer Schwindel kennzeichnet sich dadurch, dass nach dem Liegen oder Sitzen Beschwerden aufgrund eines plötzlichen Blutdruckabfalls auftreten. Auch die Einnahme von Medikamenten wie Blutdrucksenkern oder Schlafmitteln kann zu den Symptomen führen. Bei

über die Lage und Bewegung der Gliedmaßen.

In dem komplexen System ist Flüssigkeit (Endolymphe) enthalten, welche ihre Lage bei Bewegungen des Organismus verändert. Die Sinneszellen (Haarzellen) im Innenohr nehmen diese Änderungen wahr und leiten die Signale über den Gleichgewichtsnerv an das Gehirn weiter, wo die Reize verarbeitet werden. Erhält es widersprüchliche Informationen, kann Schwindel entstehen.

Schwindel ist nur ein Symptom, hinter dem sich verschiedene Störungen verbergen können.

fene zu Stürzen neigen und sich dabei schwer verletzen können. Manchmal geht der Schwindel auch mit Übelkeit oder Erbrechen einher. Ein weiteres, typisches Symptom des Schwindels ist der Nystagmus, bei dem sich die Augen üblicherweise unkontrolliert und rhythmisch bewegen, um die wahrgenommenen Drehungen auszugleichen.

Arztbesuch erforderlich

Bei Schwindelattacken ist für viele Menschen die Apotheke die erste Anlaufstelle, sodass PTA und Apotheker mit diesem Thema vertraut sein sollten. Das Symptom kann ein Anzeichen verschiedener Grunderkrankungen sein und muss bei wiederholtem oder andauerndem Auftreten unbedingt ärztlich untersucht werden. PTA und Apotheker können dazu beitragen, dass Betroffene sich frühzeitig der Diagnostik stellen und nicht, wie in vielen Fällen, erst eine lange Krankheitsodyssee hinter sich bringen.

rad fahren. Sie schaffen es oft nicht, ihren Alltag adäquat zu bewältigen und trauen sich im schlimmsten Fall nicht mehr alleine aus dem Haus. Daher kann das Symptom des Schwindels einen starken Leidensdruck bis hin zum sozialen Rückzug der Patienten zur Folge haben.

Verschiedene Arten

Als besonders beängstigend werden Schwindelattacken empfunden, die relativ plötzlich auftreten. Beim Schwankschwindel nehmen Betroffene Umwelt- oder eigene Schwankungen wahr. Wer eine gewisse Form von Benommenheit spürt oder das Gefühl hat, er befände sich im Aufzug, leidet unter Liftschwindel. Eine weitere Form ist der Drehschwindel, bei dem der Patient eine Umweltdrehung oder –verkipfung erlebt. Wenn das Leben aufgrund von Schwindelanfällen aus dem Gleichgewicht gerät, kann auch ein gutartiger Lagerungsschwindel dahinter stecken. Dieser ent-

der Innenohrerkrankung Morbus Menière leiden Patienten unter Anfällen, die Minuten bis Stunden bestehen bleiben und oft von Ohrendruck, Tinnitus, Hörminderung oder einem fortschreitenden Hörverlust begleitet werden.

So entsteht Schwindel

Informationen über die Lage im Raum sowie über Bewegungen des Körpers werden über die Sinnesorgane vermittelt. In diesem Zusammenhang ist das Vestibularorgan (Gleichgewichtsorgan) von herausragender Bedeutung. Es befindet sich im Innenohr und gliedert sich in zwei sogenannte Makulaorgane und drei Bogengänge. Während die Makulaorgane Linearbeschleunigungen registrieren, erkennen die Bogengänge Drehbewegungen des Kopfes. Zusätzlich erhält der Organismus durch das visuelle System, die Muskulatur, die Gelenke sowie durch die Rezeptoren für Druckreize in der Haut Informationen

Ein Symptom, viele Ursachen

Schwindel deutet grundsätzlich auf eine Störung des Gleichgewichtssystems hin. Um eine adäquate Behandlung einzuleiten, ist es wichtig herauszufinden, wodurch der Gleichgewichtssinn aus dem Takt geraten ist. Bei Kindern und Jugendlichen kann das Wachstum gelegentlich für den Taumel verantwortlich sein, bei Erwachsenen verursachen die unterschiedlichsten Faktoren (wie etwa Migräne oder eine falsch eingestellte Brille) die Beschwerden. Schwindel wird im Verlauf des Lebens auch durch altersbedingte Veränderungen hervorgerufen. Sind psychische Einflüsse wie Stress oder Konflikte für den Schwindel verantwortlich, spricht man vom psychogenen Schwindel. Dieser geht mit Stand- und Gangunsicherheiten sowie mit einer starken Fallneigung einher. Gelegentlich sind an der Entstehung neurologische Störungen wie die Menière-Krankheit oder Entzündun- ▶



Urlaubsziel: Rauchfreiheit?

Fernab vom Alltag Gewohnheiten ablegen – So unterstützen Sie Ihre Kunden

Rauchen macht im doppelten Sinne abhängig. Zum einen sorgt das Nikotin für eine körperliche Abhängigkeit. Zum anderen hat das Rauchen noch eine psychische Komponente: die „Macht der Gewohnheit“. Beide Abhängigkeiten können besiegt werden: mit Hilfe von nicorette® und einer räumlichen Veränderung, z. B. abseits der täglichen Routine im Urlaub.

Wie äußern sich die zwei Abhängigkeiten?

Das Nikotin sorgt für eine **körperliche Abhängigkeit**, indem es das Belohnungszentrum im Gehirn stimuliert. Wird dem Körper kein Nikotin mehr zugeführt, entstehen Entzugerscheinungen. Die **psychische Abhängigkeit** äußert sich dadurch, dass bestimmte Alltagssituationen, wie z. B. die Pause mit den Kollegen, mit dem Rauchen verknüpft werden. Diese **Schlüsselreize** lösen so unabhängig vom Nikotinspiegel immer wieder Rauchverlangen aus.¹

Wie hilft nicorette® beim Rauchausstieg?

Nikotinersatzprodukte von **nicorette®** unterstützen aufhörwillige Raucher beim Rauchausstieg, indem sie **Rauchverlangen und Entzugssymptome spürbar lindern**. nicorette® bietet ein breites Sortiment an Nikotinersatzprodukten mit fünf Darreichungsformen und verschiedenen Dosierungen. Die Nikotindosis wird während der Therapie kontinuierlich reduziert, sodass eine Entwöhnung stattfindet. Ohne den Stress durch die körperlichen Entzugssymptome können sich aufhörwillige Raucher voll und ganz auf die **Änderung**

ihrer Gewohnheiten konzentrieren. Dies dauert durchschnittlich ca. zehn Wochen², sodass die auf zwölf Wochen ausgelegte Therapie mit nicorette® die passende Unterstützung bietet.

Was hilft dabei, die psychische Abhängigkeit zu besiegen?

Studien belegen, dass es **fernab der täglichen Routine** deutlich einfacher ist, Gewohnheiten zu ändern.³ Zusätzlich ist die **erste Woche** beim Rauchstopp sehr **entscheidend**. Vor allem in den ersten sieben Tagen können die Entzugerscheinungen sehr stark und die Umstellung der Gewohnheiten besonders schwierig sein. Wer diese erste kritische Woche ohne Zigarette übersteht, hat **9x höhere Chancen**, langfristig rauchfrei zu bleiben!⁴ Somit ist der **Urlaub ideal für den Rauchstopp** geeignet: Es lassen sich alltägliche Gewohnheiten einfacher ablegen und die erste kritische Woche leichter überstehen.

Helfen Sie jetzt Ihren Kunden, im Urlaub rauchfrei zu werden, und raten Sie ihnen zu einer ausreichenden Bevorratung mit nicorette® Produkten.

nicorette® Spray

- Akuthilfe im Doppelpack
- Lindert Rauchverlangen in nur 60 Sekunden*
- Ideal für den Urlaub: Reicht für ca. 20 Tage**



www.nicorette.de

¹Dawkins L. Why is it so hard to quit? Psychologist 2013;26(5):332-35. ²Lally P et al. How are habits formed: Modelling habit formation in the real world. Eur J Soc Psychol 2010;40:998-1009. ³Wood et al. Changing Circumstances, Disrupting Habits. J Pers Soc Psych 2005;88(6):918-33. ⁴Tonnesen et al. Higher dosage nicotine patches increase one-year smoking cessation rates: results from the European CEASE trial. Eur Respir J 1999; 13:238-46. *Mit 2 x 1 mg/Sprühstoß. **Bei Verwendung von 15 Sprühstoßen/Tag.

Nicorette® Spray 1 mg/Sprühstoß. Wirkst.: Nicotin. **Zus.:** Arzneil. wirks. Bestandt.: 1 ml Lösung enthält 13,6 mg Nicotin. **Sonst. Bestandt.:** Propylenglykol, Ethanol, Trometamol, Poloxamer, Glycerol, Natriumhydrogencarbonat, Levomenthol, Minze-Aroma, Frische-Aroma, Sucralose, Acesulfam-Kalium, Salzsäure 10 % (zur pH-Wert- Einstellung), H₂O ger. **Anw.:** Behandlung d. Tabakabhängigkeit b. Erwachsenen durch Lindering der Nicotinentzugssymptome, einschl. des Rauchverlangens, beim Versuch das Rauchen aufzugeben. Die komplette Einstellung des Rauchens sollte das endgültige Ziel sein. **Warnhinweis:** Enth. Ethanol. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit geg. Nicotin od. sonst. Bestandt., Kdr. < 18 J., Pers. die nie geraucht haben. **Nebenw.:** Mögl. Sympt. d. Entzuges: Dysphorie, depressive Verstimmung, Schlaflosigkeit, Reizbarkeit, Frustration, Zorn, Angst, Konzentrationsstörungen, Ruhelosigkeit, Ungeduld, verminderte Herzfrequenz, gesteigerter Appetit, Gewichtszunahme, Schwindel, präsynkopale Symptome, Husten, Obstipation, Zahnfleischbluten, Aphthen und Nasopharyngitis. Nicotinverlangen mit Drang zum Rauchen. Toleranzentwicklung b. Daueranwendung. Überempfindlichkeit, Allergische Reaktionen einschließl. Angioödem und Anaphylaxie; Abnorme Träume; Kopfschmerzen, Geschmacksstörungen, Parästhesie; verschwommenes Sehen, vermehrte Tränensekretion; Palpitationen, Tachykardie, Vorhofflimmern; Hitzewallungen, Hypertonie; Schluckauf, Reizungen im Rachen, Bronchospasmus, Rhinorrhö, Dysphonie, Dyspnö, verstopfte Nase, oropharyngeale Schmerzen, Niesen, Engegefühl im Hals; Übelkeit, Abdominale Schmerzen, Mundtrockenheit, Diarrhö, Dyspepsie, Flatulenz, vermehrter Speichelfluss, Stomatitis, Erbrechen, Aufstoßen, Zahnfleischbluten, Glossitis, Blasen und Abschlüferungen der Mundschleimhaut, orale Parästhesie, Dysphagie, Hypoästhesie im Mund, Würgen, Trockenheit im Rachen, gastrointestinale Beschwerden, schmerzende Lippen; Hyperhydrose, Pruritus, Hautausschlag, Urtikaria, Erythem; Brennen, Fatigue, Asthenie, Beschwerden und Schmerzen im Brustbereich, Malaise. Stand 11/2015. **Johnson & Johnson GmbH, 41470 Neuss.**



© baranq / stock.adobe.com

Gleichgewichtsübungen sind ein wichtiger Schritt zur Erhaltung und Wiedergewinnung von Sicherheit.

► gen des Gleichgewichtsnervs (peripher-vestibuläre Formen des Schwindels) beteiligt. Beim zentralen Schwindel sind die Gleichgewichtskerne (Nuclei vestibulari), das Kleinhirn (Cerebellum) oder das Gleichgewichtszentrum im Gehirn betroffen, was beispielsweise auf Durchblutungsstörungen oder Tumoren zurückzuführen ist. Die zentralen Formen können sich ganz unterschiedlich äußern und über Minuten bis Tage andauern. Bei der vestibulären Migräne hält der Dreh- und Schwankschwindel zwischen wenigen Sekunden und Minuten an, während die Beschwerden beim Schlaganfall oder bei Tumoren über Stunden bis Tage bestehen. Um zu diagnostizie-

ren, ob es sich um eine zentrale Schwindelursache handelt, kommt der Kopfschüttel- und Neigungstest bei einigen Ärzten zum Einsatz. Dabei wird durch horizontale Kopfbewegungen (Kopfschütteln) ein Nystagmus erzeugt. Anschließend soll dieser durch die Neigung des Kopfes nach unten unterdrückt werden. Die Voraussetzung dafür, dass sich der Nystagmus abstellt, sind intakte Strukturen im Kleinhirn. Gelingt dies nicht und lässt sich der induzierte Nystagmus nicht unterdrücken, liegen zentrale Läsionen vor. Auch bestimmte Medikamente wie einige Antidepressiva, Hypnotika oder Herz-Kreislauf-Präparate kommen als Auslöser in Betracht, ebenso kann Alkohol-

konsum zu Gleichgewichtsstörungen und Schwindel führen. Bei einigen Erkrankungen wie etwa Epilepsie, Augenerkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Alzheimer oder Multipler Sklerose tritt Schwindel unter Umständen als Begleitsymptom auf. Es ist stets sinnvoll, wenn PTA und Apotheker Kunden mit Schwindel dazu raten, ihre Beschwerden ärztlich untersuchen zu lassen. In der Regel ist der Hausarzt dann die nächste Anlaufstelle, er kann den Patienten unter Umständen für eine genauere Diagnostik zu einem Facharzt, beispielsweise einem Neurologen, Hals-Nasen-Ohren-Arzt, Internisten, Kardiologen oder zu einem Ophthalmo-

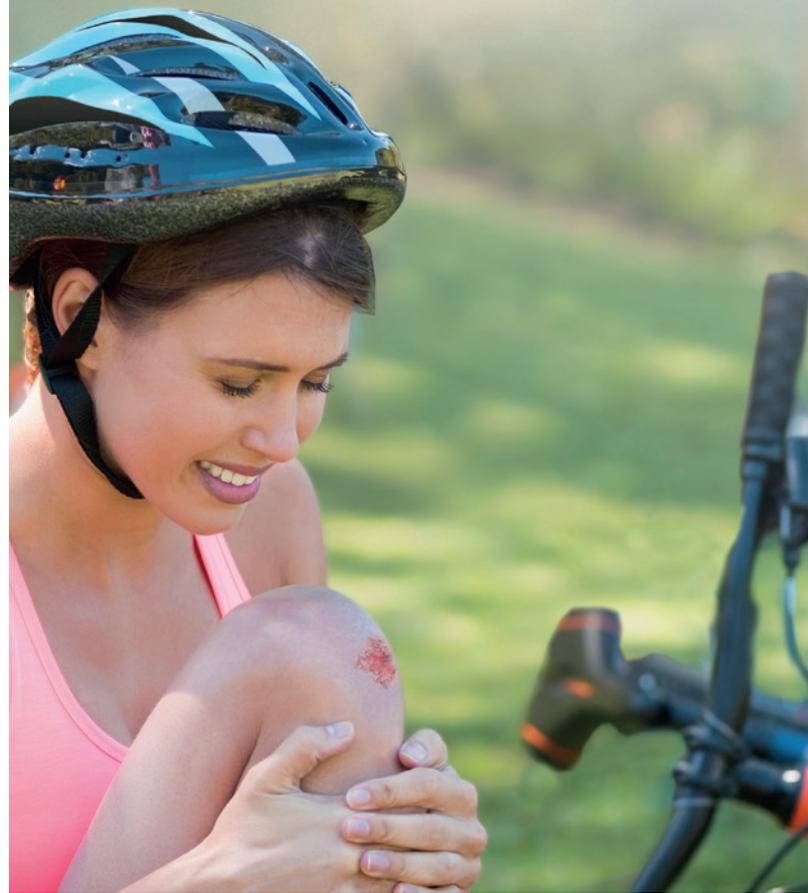
logen überweisen. Kann dieser die Ursachen ebenfalls nicht identifizieren, suchen Betroffene am besten eine Schwindelambulanz auf. Dort sind die Ärzte auf die Symptome spezialisiert und arbeiten vernetzt zusammen.

Therapie Es existieren verschiedene Möglichkeiten, Schwindelsymptome wirksam zu behandeln. Sowohl medikamentöse als auch alternative Maßnahmen stehen hier zur Verfügung. Das primäre Behandlungsziel liegt zunächst in der Beschwerdelinderung, außerdem ist es wünschenswert, dass das Gehirn wieder erlernt, „schwindelerregende“ Reize zu verarbeiten und die Symptome zu bewältigen (zentrale Kompensation).

Zu den Antivertiginosa gehört das Antihistaminikum Dimenhydrinat, welches bei verschiedenen Schwindelarten unterschiedlicher Genese eingesetzt wird. Es wirkt zusätzlich der Übelkeit entgegen, löst allerdings als unerwünschte Begleiterscheinung Müdigkeit und Benommenheit aus. Weiterhin haben sich die Antivertiginosa Cinnarizin, Flunarizin, Sulpirid oder Betahistin, die aus unterschiedlichen Substanzklassen stammen, durchgesetzt. Auch das atypische Neuroleptikum Sulpirid wird im Zusammenhang mit Schwindel verordnet. Flunarizin und Cinnarizin gehören zur Gruppe der Calciumkanalblocker, während Betahistin ein Agonist an den Histamin-H1-Rezeptoren und Antagonist an den Histamin-H3-Rezeptoren ist. Es optimiert bei langfristiger Einnahme die Innenohr- und Hirndurchblutung und reduziert auf diese Weise die Häufigkeit an Schwindelattacken. Die Medikamente sollten nur in der Akutphase und möglichst über einen kurzen Zeitraum zum Einsatz ►

Betaisodona® – bei Wunden bewährt.

Ob Frühling, Sommer, Herbst oder Winter – Wunden haben immer Saison. Ein Sturz mit dem Fahrrad, eine Schnittverletzung bei der Arbeit, eine Schürfverletzung beim Sport oder eine Verbrennung beim Kochen – solche Verletzungen sind schnell passiert, lassen sich aber meist gut in der Selbstmedikation versorgen. Für Apotheken ist das Thema deshalb umso wichtiger. Die kompetente Empfehlung eines zuverlässig wirksamen Mittels schenkt Vertrauen und schafft die Basis für eine langfristige Kundenbeziehung.



Bei Wunden unumwunden Betaisodona®!

Wichtig bei der Wundbehandlung ist es, eine Infektion zu verhindern. Daher sollten Wunden rasch und zuverlässig gesäubert und adäquat versorgt werden. Empfehlen Sie deshalb bei Wunden und Verletzungen Betaisodona®. Mit dem Wirkstoff Povidon-Iod bietet es ein breites Wirkspektrum¹⁻⁵ gegen die wichtigsten Erreger von Wundinfektionen, ist gut verträglich⁶⁻¹⁰ und fördert eine bessere Heilung.^{1,9} Nicht umsonst ist Betaisodona® seit jeher ein Standard-Antiseptikum in Kliniken weltweit!¹¹

Betaisodona® – bewährt und bewiesen!

Klinische Studien belegen: Povidon-Iod kann die mikrobielle Belastung in offenen Wunden und bei Verbrennungen signifikant verringern.^{12, 13} Die mikrobizide Wirkung von Povidon-Iod beruht auf dem Anteil des freien, nicht komplex gebundenen Iods, das in wässrigen Salben oder Lösungen aus dem Povidon-Iod-Komplex freigesetzt wird.^{1, 6, 7, 14} So tötet Betaisodona® relevante Keime in Sekunden ab und wirkt gegen gram-positive und

gram-negative Bakterien, Mykobakterien, Pilze (auch Candida), Viren und bestimmte Protozoen.² Im Vergleich zu alkoholischen Iod-Lösungen ist Povidon-Iod außerdem verträglicher⁶⁻¹⁰, da das Iod durch die Bindung an Povidon seine örtlich reizenden Eigenschaften weitgehend verliert. Povidon-Iod wirkt umfassend desinfizierend – für eine rasche und effektive Wundheilung.^{1,9}

Ob als Salbe oder Lösung:

- ✓ **Breites Spektrum**¹⁻⁵
- ✓ **Keine bekannten mikrobiellen Resistenzen**^{9, 18, 19}
- ✓ **Gute Verträglichkeit**⁶⁻¹⁰
- ✓ **Schneller Wirkungseintritt**^{8, 10}
- ✓ **Anti-entzündliche Wirkung**¹⁵⁻¹⁷



Jetzt bevorraten über roha apothekendienste GmbH:
info@roha-apd.de | Tel. 02227 – 921310



1 Bigliardi PL, et al. Povidone iodine in wound healing: A review of current concepts and practices. Int J Surg. 2017 Aug;44:260–268. doi: 10.1016/j.ijsu.2017.06.073. Epub 2017 Jun 23. **2** WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care. ISBN 978 92 94 159790 6. ©World Health Organization, 2009. **3** Ripa S et al. In: Handbook of Topical Antimicrobials Industrial Applications. Industrial applications in consumer products and Pharmaceuticals. 2002. **4** Kawana R et al. Dermatology 1997;195(suppl 2): 29–35. **5** mod. nach Moffatt CJ et al. Management of wound infection. EWMA Position Document, 2006. **6** Fachinformation: Betaisodona® Salbe; Stand: Februar 2015. **7** Fachinformation: Betaisodona® Lösung; Stand: Februar 2015. **8** Vehmeijer H. Burns 2007;37:51–5172. **9** Lachapelle JM et al. Clin. Pract. (2013) 10(5), 579–592. **10** Van Meurs S, et al. J Bone Joint Surg Am, 2014;96(4):285–291. **11** Bigliardi PL, et al. An Asian Perspective on Povidone Iodine in Wound Healing. A review. Dermatology. doi: 10.1159/000479150. **12** Riddell DJ, Douglas S, Cruickshank JG. The prevention and control of superficial wound infection in a military training establishment: a comparative study of two different strengths of povidone-iodine dry powder spray. J Hosp Infect 1988;11:393–395. **13** Steen M. Review of the use of povidone-iodine (PVP-I) in the treatment of burns. Postgrad Med J 1993;69 Suppl 3:584–592. **14** https://www.mundipharma.de/gebrauchsinformationen.html. **15** Beukelman CJ, et al. Anti-inflammatory properties of a liposomal hydrogel with povidone-iodine (Repihite) for wound healing in vitro. Burns 2008;34(6):845–855. **16** Wang L, et al. Transforming growth factor β plays an important role in enhancing wound healing by topical application of Povidone-iodine. Scientific Reports 2017;7: 991 DOI:10.1038/s41598-017-01116-5. **17** Al-Kaisy AA, Salih Sahib A Annals of Burns and Fire Disasters 2005; 18(1): 19–30. **18** Block C et al. Journal of Hospital Infection (2000) 46: 147–152. doi:10.1053/jhin.2000.0805. **19** Kunisada T et al. Dermatology 195 (Suppl 2) (1997) 14e18.

Betaisodona® Salbe / Lösung. Wirkstoff: Povidon-Iod (PVP-Iod). **Apothekenpflichtig.**

Salbe Zusammensetzung: 100 g Salbe enthalten 10 g Povidon-Iod mit einem Gehalt von 10% verfügbarem Iod, mittleres Molekulargewicht von Povidon etwa 40.000. Sonstige Bestandteile: Macrogole 400, 1000, 1500 und 4000, Natriumhydrogencarbonat, gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiete:** Zur wiederholten, zeitlich begrenzten Anwendung als Antiseptikum bei geschädigter Haut, wie z.B. Dekubitus (Druckgeschwür), Ulcus cruris (Unterschenkelgeschwür), oberflächlichen Wunden und Verbrennungen, infizierten und superinfizierten Dermatosen.

Lösung Zusammensetzung: 100 ml Lösung enthalten 10 g Povidon-Iod mit einem Gehalt von 11% verfügbarem Iod, mittleres Molekulargewicht von Povidon etwa 40.000. Sonstige Bestandteile: Glycerol, Nonoxinol 9, Dinatriumhydrogenphosphat, wasserfreie Citronensäure (Ph.Eur.), Natriumhydroxid, Kaliumiodat, gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiete:** Zur einmaligen Desinfektion der intakten äußeren Haut oder Antiseptikum der Schleimhaut wie z.B. vor Operationen, Biopsien, Injektionen, Punktionen, Blutentnahmen und Blasenkateterisierungen. Zur wiederholten, zeitlich begrenzten antiseptischen Wundbehandlung z.B. Dekubitus, Ulcus cruris, Verbrennungen, infizierte und superinfizierte Dermatosen. Zur chirurgischen Händedesinfektion. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Hyperthyreose, manifesten Schilddrüsenerkrankungen, Dermatitis herpetiformis Duhring, vor und nach einer Radio-Iod-Therapie (bis zum Abschluss der Behandlung), bekannter Überempfindlichkeit gegen Iod oder einen der sonstigen Bestandteile des Arzneimittels. **Nebenwirkungen:** Überempfindlichkeitsreaktionen der Haut, z.B. Kontaktallerg. Reaktionen vom Spättyp; anaphylaktische Reaktionen oder Angioödem; bei prädisp. Pat. Iod-induzierte Hyperthyreose. Nach Resorption großer PVP-Iod-Mengen Elektrolytstörungen, renale Insuffizienz, schwere metabol. Azidose. Zusätzlich **Betaisodona® Lösung:** Hautreizungen nach „Pflüzenbildung“ unter dem Pat. **Warnhinweise:** Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren! Packungsbeilage beachten!

Mundipharma GmbH, 65549 Limburg (Lahn) 09-16

Betaisodona®



► kommen. Raten Sie Betroffenen nicht zu lange im Bett zu bleiben, sondern rasch wieder aktiv zu werden, damit der Gleichgewichtssinn trainiert wird. Diese Empfehlung entspricht der leitliniengerechten Schwindeltherapie (S3-Leitlinie), welche von der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) erarbeitet wurde. Tritt der Schwindel infolge einer gestörten Durchblutung auf, wirken Ginkgo-Extrakte, indem sie die Durchblutungsrate verbessern. Auch Ingwer ist ein pflanzliches Arzneimittel, das gegen Schwindelsymptome, allerdings in Verbindung mit der Reisekrankheit, zur Anwendung kommt. Ist die Diagnostik noch nicht erfolgt, können Kunden mit Schwindel

eine homöopathische Kombination bestehend aus den vier Wirkstoffen Anamirta cocculus (Indische Kokkelskörner), Conium maculatum (gefleckter Schierling), Amber grisea (Grauer Amber) und Petroleum rectificatum (Steinöl) in der Selbstmedikation einsetzen. Das Kombinationspräparat gilt als wirksames und sicheres Mittel und verursacht keine unerwünschten Nebenwirkungen.

Kräftiger Schwung Physiotherapeutische Verfahren stellen eine sinnvolle Ergänzung der Therapie dar. Gleichgewichtsübungen, welche die Bewegungs- und Wahrnehmungsfähigkeit von Betroffenen fördern, können Schwindelattacken reduzieren. Bei Lagerungsschwin-

del hilft oft das Semont- oder Epley-Manöver. Dabei werden bestimmte Bewegungen durchgeführt, sodass in der Flüssigkeit des Innenohrs herumschwimmende Kristallablagerungen aus der Reichweite der gereizten Sensorzellen gelangen. Bei regelmäßiger Durchführung der Manöver klingen die Beschwerden allmählich ab.

Bei psychisch bedingtem Schwindel ist es ratsam, dass Patienten sich in Psychotherapie, zum Beispiel in eine Verhaltenstherapie, begeben. In besonders schweren, langwierigen (Ausnahme-) Fällen kommen operative Verfahren, bei denen das Gleichgewichtsorgan medikamentös durch eine Gentamicin-Injektion ausgeschaltet wird, nach einer strengen Indikationsstellung in Betracht.

Tipps für die Beratung Schwindel wird gefährlich, wenn Betroffene zu Stürzen neigen, wie es etwa bei Senioren häufig der Fall ist. Kunden sollten daher wissen, wie sie sich im Ernstfall zu verhalten haben. Die Beratung sollte für Patienten mit Schwindel daher auch praktische Ratschläge für den Alltag umfassen. Während einer Attacke sollte man den Blick auf einen Punkt fixieren, festen Halt suchen und sich möglichst hinsetzen oder hinlegen. Trotz der unangenehmen Beschwerden bewahren Betroffene am besten Ruhe und atmen langsam und tief ein und aus. Im Hinblick auf einen anstehenden Arztbesuch ist es ratsam, ein Schwindeltagebuch zu führen. Darin notiert man, wann und wie lange die Beschwer-

Anzeige

Ranocalcin



Rückenbeschwerden ganzheitlich
behandeln und nachhaltig lindern

Meine Rückenstütze

Ihre kompetente Empfehlung bei Rückenbeschwerden

- deutlich weniger Beschwerden – selbst bei länger bestehenden Schmerzen¹
- ohne Neben- und Wechselwirkungen
- als Mono- oder als Teil einer multimodalen Therapie

den erscheinen. Patienten mit Schwindel sollten den Arzt auch unbedingt über ihre aktuelle Medikation informieren, da die Beschwerden auch als Nebenwirkung von Arzneimitteln auftreten können.

Raten Sie Ihren Kunden, sich trotz der Symptome nicht zurückzuziehen und möglichst rasch wieder auf die Beine zu kommen. Bewegung fördert die zentrale Kompensation, sodass die Beschwerden schneller zurückgehen. Darüber hinaus ist es sinnvoll, den Gleichgewichtssinn zum Beispiel durch sportliche Aktivitäten wie Gymnastik zu schulen.

Wer unter Schwindel leidet, sorgt am besten auch zuhause dafür, das Sturzrisiko zu minimieren. Die Wohnung sollte gut beleuchtet sein und potenzielle

Stolperfallen wie herumliegende Gegenstände, Kabel oder Teppiche, an denen man hängen bleiben kann, sind zu entfernen. Betroffene mit Gangunsicherheiten verwenden im Idealfall eine Gehhilfe. Es empfiehlt sich, bequemes, festes Schuhwerk sowie angemessene Kleidung, also beispielsweise keine zu langen oder weiten Hosen, zu tragen.

Wenn der Kreislauf schlapp macht Schwindel ist neben Kopfschmerzen auch ein Hauptsymptom von Kreislaufregulationsstörungen. Betroffenen wird schwarz vor Augen, sie haben das Gefühl, dass alles schwankt und sie gleich umkippen. Ursache ist in der Regel ein niedriger Blutdruck, der auch zu Konzentrationsproblemen, Gangschwierigkeiten, Müdig-

keit, blasser Haut sowie zu kalten Gliedmaßen führen kann. Kunden, die aufgrund eines niedrigen Blutdrucks unter Schwindel und weiteren Kreislaufbeschwerden leiden, sollten auf eine ausreichende Salz-, Mineralien- und Flüssigkeitszufuhr achten. Geeignete Getränke sind Säfte, Schorlen, natriumreiches Mineralwasser sowie Kräuter- und Früchtetees. Besondere Vorsicht ist morgens geboten, denn das plötzliche Aufstehen nach der Nachtruhe kann Schwindelattacken hervorrufen. Gegen Hypotonie wird das Sympathomimetikum Etilefrin eingesetzt. Der Wirkstoff ähnelt dem körpereigenen Hormon Adrenalin, bewirkt eine Engstellung der Gefäße und verbessert die Herzleistung. Auch pflanzliche Alternativen sind bei

Schwindel aufgrund von Kreislaufstörungen indiziert – entsprechende Präparate enthalten zum Beispiel Weißdorn und Campher. Die Kombination aktiviert das Gehirn, reguliert den Blutdruck und verbessert die Leistungsfähigkeit des Herzens.

Kinetosen Visuell ausgelöster Schwindel wird der Gruppe des Schwankschwindels zugeordnet. Die Symptome treten im Zusammenhang mit der See- beziehungsweise Reisekrankheit auf und zwar wenn der Seheindruck der Bewegungsempfindung widerspricht. Dies kann bei Autofahrten, im Flugzeug, in der Raumfahrt, auf dem Schiff oder sogar im Fahrstuhl vorkommen, wobei der Organismus auf die Störung des Vestibu- ▶

Anzeige

Die 3-fach-Wirkung von Ranocalcin

1 STARKE KNOCHEN:

- Calcium fluoratum
- Calcium phosphoricum
- Calcium carbonicum
- Ferrum phosphoricum
- Zincum metallicum

2 ELASTISCHE SEHNEN UND BÄNDER:

- Acidum silicicum

3 FLEXIBLE FASZIEN:

- Acidum silicicum
- Calcium fluoratum



Wirksamkeit und
Verträglichkeit in Studie belegt¹

 **PFLÜGER**
SCHÜBLER-SALZE
HOMÖOPATHIE

¹ Nichtinterventionelle Studie: Hucke S, Berg R, Thiem H, Schultz N, Wegener T. Verringerung von Beschwerden des Stütz- und Bewegungsapparats. Zkm 2017; (9)3:58–63

Zusammensetzung: 1 Tablette enthält: Wirkstoffe: Acidum silicicum Trit. D2 40 mg, Calcium carbonicum Hahnemanni Trit. D1 75 mg, Calcium fluoratum Trit. D4 10 mg, Calcium phosphoricum Trit. D1 75 mg, Ferrum phosphoricum Trit. D2 10 mg, Zincum metallicum Trit. D10 10 mg. Sonstige Bestandteile: Lactose-Monohydrat, Calciumbehenat (DAB), Kartoffelstärke (Ph. Eur.). Tabletten enthalten Lactose. Bitte Packungsbeilage beachten. Bisher sind keine Nebenwirkungen / Gegenanzeigen bekannt. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Schwächezustände des Stütz- und Bindegewebes und der Knochen. Homöopathisches Laboratorium Alexander Pflüger GmbH & Co. KG, Röntgenstraße 4, 33378 Rheda-Wiedenbrück, Telefon 05242/9472-0, Telefax 05242/9472-20, info@pflueger.de, www.pflueger.de

www.ranocalcin.de

► larorgans im Innenohr reagiert. Aufgrund der widersprüchlichen Informationen werden außerdem im Brechzentrum vermehrt Transmitter ausgeschüttet, sodass die Kinetose meist mit einem flauen Gefühl beginnt und von Beschwerden wie Übelkeit und Erbrechen begleitet wird. Schwindel macht sich auch bei Pseudokinetosen bemerk-

Die Menière-Krankheit Störungen der Signale in den Haarzellen des Innenohrs gelten als Ursprung der Menière-Krankheit. Diese ist durch spontan auftretende Schwindelattacken, die häufig von Übelkeit und Erbrechen begleitet werden, gekennzeichnet. Die Anfälle dauern von wenigen Minuten bis zu mehreren Stunden an, selten überschreiten sie eine Zeitspanne

men Diät. Ist das Volumen der Endolympe chronisch erhöht, lässt sich dies durch einen chirurgischen Eingriff reduzieren. In schweren Fällen werden die Haarzellen komplett ausgeschaltet, da von diesen die Signale für den pathologischen Schwindel ausgehen.

Morbus Menière wird medikamentös mit dem Antibiotikum Gentamycin behandelt, außer-

findlichkeit, Müdigkeit oder Rückzugstendenzen. Insgesamt besteht die Attacke Minuten bis Stunden, der Schwindel zeigt sich entweder zu Beginn oder während des gesamten Verlaufs. Die vestibuläre Migräne wird medikamentös wie jede andere Migräne behandelt. Zur Prophylaxe sind regelmäßige Bewegung sowie der Abbau von Stress sinnvoll.

WANN SOLLTEN SIE IHREN KUNDEN ZU EINEM ARZTBESUCH RATEN?

In jedem Fall sollten sich Betroffene untersuchen lassen, wenn der Schwindel

- + sich als Schwanken der Umwelt zeigt,
- + durch bestimmte Bewegungen hervorgerufen wird,
- + von Kopf- oder Ohrenscherzen, Fieber, Übelkeit, Tinnitus, einer Verminderung des Hörvermögens, Benommenheit, Ohnmacht, Müdigkeit, Herzstolpern oder Atemnot begleitet wird,
- + über einen längeren Zeitraum andauert,
- + ohne offensichtliche Ursache vorkommt,
- + während einer Infektionskrankheit beginnt,
- + regelmäßig in bestimmten Situationen, etwa im Auto, im Fahrstuhl oder in Menschenmengen auftritt.

bar, die lediglich durch Seheize ausgelöst werden, etwa in Flugsimulatoren bei Computerspielen oder in Erlebniskinos.

Schwindel, der durch Kinetosen verursacht wird, lässt sich durch Wirkstoffe aus der Gruppe der Antivertiginosa bekämpfen. Einige Wirkstoffe kommen prophylaktisch zum Einsatz und werden je nach Substanz am Abend vorher (Scopolamin) oder unmittelbar vor Beginn der Reise (z. B. Diphenhydramin oder Dimenhydrinat) als Sirup, Kaugummi oder Dragée eingenommen.

von 24 Stunden. Die Symptome können sich als leichte Befindlichkeitsstörungen bis hin zu extrem beeinträchtigenden Attacken zeigen. Oft tritt zusätzlich Tinnitus bei einer gleichzeitigen Verminderung des Hörvermögens auf. Histologischen Untersuchungen zufolge könnte eine Störung der Erneuerung, der Beweglichkeit und des Drucks der Endolympe für die Symptomatik verantwortlich sein.

Es existiert keine effektive, pharmakologische Standardtherapie für die Menière-Krankheit. Erfolge erzielt man gelegentlich mit entwässernden Substanzen sowie mit einer salzar-

dem können Corticoide über das Trommelfell in das Mittelohr appliziert werden. Eine Operation, bei der in der Regel ein Teil des Innenohrs, nämlich das gesamte Labyrinth, entfernt wird, kann ebenfalls Linderung verschaffen.

Die wichtigste Differenzialdiagnose zu Morbus Menière ist die vestibuläre Migräne, die mit anfallsartigem Schwindel, Übelkeit und Erbrechen einhergeht und mehrere Minuten bis zu einer halben Stunde andauert. Anschließend leiden Betroffene meist unter einem halbseitigen Kopfschmerz sowie unter Migränesymptomen wie Lichtemp-

Ausfall der Gleichgewichtsorgane

Die bilaterale Vestibulopathie ist ein chronisches Krankheitsbild mit schleichendem Verlauf. Sie präsentiert sich äußerst heterogen und kann zu schweren Behinderungen führen oder nur durch Zufall entdeckt werden. Betroffene klagten über Gleichgewichtsprobleme beim Gehen und bei Bewegungen. Bei schlechten Sichtverhältnissen, auf unebenen Untergrund, in Dunkelheit oder mit geschlossenen Augen verstärkt sich die Problematik noch. Hinzu kommt, dass Patienten bewegte Bilder nicht mehr scharf sehen (zum Beispiel erkennen sie die Gesichter von entgegenkommenden Menschen nicht mehr genau). Ursache kann die Gabe von Medikamenten sein, die für die Strukturen im Innenohr giftig sind (etwa nach Herzoperationen oder Organtransplantationen). Den beidseitigen Ausfall der Gleichgewichtsorgane können auch Krankheiten wie Morbus Menière oder eine Meningitis hervorrufen. ■

*Martina Görz,
PTA und Fachjournalistin*

Meine Empfehlung: 1 A Pharma.



1 A Portfolio. 1 A Preise. 1 A Partner.

Einfach verstehen. www.1apharma.de



A Sandoz Brand