



das aktuelle  apothema

PETRA Sympathix

hat die treffsichere Empfehlung
gegen Kopfschmerzen UND Migräne

Illustration: Erik Liebermann

Text: Martina Görz

Thomapyrin





PETRA Sympathix

Panel 1 (Top Left): The pharmacist hands a box of medication to the customer. The customer says: "DAS KLINGT JA SUPER, DENN MANCHMAL WEISS ICH GAR NICHT SO RECHT, OB ICH WIRKLICH UNTER KOPFSCHMERZEN LEIDE ODER ES VIELLEICHT SCHON MIGRÄNE IST".

Panel 2 (Top Middle): The pharmacist explains: "DAS GLAUBE ICH IHNEN. DER UNTERSCHIED VON SPANNUNGS-KOPFSCHMERZEN UND MIGRÄNE IST AUCH NICHT IMMER EINDEUTIG UND DIE ÜBERGÄNGE KÖNNEN FLIEßEND SEIN".

Panel 3 (Top Right): The pharmacist shows a box of Thomapyrin Intensiv. She says: "MIT THOMADYRIN INTENSIV SIND SIE DANN ABER AUF DER SICHEREN SEITE".

Panel 4 (Middle Left): The pharmacist explains the cause of the pain: "SEHR GUT. LEIDER SIND DIE BESCHWERDEN DURCH DIE ANSPANNUNG WÄHREND DER SPANNENDEN SPIELE UND DAS WARME WETTER IM JUNI BEI MIR SCHON VORPROGRAMMIERT". A speech bubble next to the pharmacist says "SPANNUNG +".

Panel 5 (Middle Middle): The pharmacist points to a shelf of medicine. She says: "DANN IST DAS PRÄPARAT GENAU DIE RICHTIGE WAHL".

Panel 6 (Middle Right): The customer asks: "UND ES BEKÄMPFT DIE SCHMERZEN AUCH WIRKLICH EFFEKTIV?".

Panel 7 (Bottom Left): The pharmacist compares the medication: "AUF JEDEN FALL: DIE ANALGETISCHE WIRKSAMKEIT IST SOGAR VERGLEICHBAR MIT DER VON SUMATRIPTAN, JEDOCH IST DAS MEDIKAMENT DEUTLICH BESSER VERTRÄGLICH ALS SUMATRIPTAN".

Panel 8 (Bottom Middle): The customer thanks her: "ICH NEHME DAS MITTEL GERNE MIT. VIELEN DANK FÜR DIE GUTE BERATUNG!".

Panel 9 (Bottom Right): The customer celebrates with a German flag: "MIT DER DREIERKOMBINATION ZUM WELTMEISTERTITEL! FINALE, OLÉ!".



Fit für den HV:

Thomapyrin® INTENSIV – Ihre sichere Empfehlung bei stärkeren Kopfschmerzen und Migräne

Die Übergänge von stärkeren Spannungskopfschmerzen zur Migräne können manchmal fließend sein und sind daher nicht immer leicht zu erkennen. In beiden Fällen gilt es möglichst schnell ein geeignetes Mittel zu empfehlen, da die Schmerzen zu einem späteren Zeitpunkt schwieriger zu behandeln sind – sie können sich regelrecht festsetzen. Bei beiden Kopfschmerztypen ist die Thomapyrin® INTENSIV Kombination aus ASS, Paracetamol und Coffein eine sichere Wahl – denn sie wirkt sowohl bei stärkeren Kopfschmerzen als auch bei Migräne schnell und zuverlässig im Vergleich zu speziellen Migränepreparaten (wie z.B. Triptane), die ausschließlich bei Migräne wirksam sind.

Gut zu wissen:

Die Dreierkombination konnte sich in einer Studie mit Migränepatienten sogar gegen Sumatriptan, den Goldstandard unter den Triptanen, durchsetzen.² Aus Sicht der Wissenschaft gehört die Wirkstoffkombination vom Typ Thomapyrin® zudem zu den am besten untersuchten Kopfschmerzmitteln in der Selbstmedikation und erhielt 2009 von namhaften Fachgesellschaften als einziges Mittel eine „hervorgehobene Empfehlung“ für die Behandlung von Spannungskopfschmerzen und Migräne.³ Vertrauen daher auch Sie bei der Beratung Ihrer Kopfschmerz- und Migränepatienten auf Thomapyrin® INTENSIV!

Praktisches aus PETRA's Trickkiste

Kopfschmerzen vorbeugen durch progressive Muskelentspannung nach Jacobson:



Bei der progressiven Muskelentspannung des Mediziners Edmund Jacobson werden einzelne Körperbereiche zunächst angespannt und dann bewusst wieder entspannt. Dabei achtet man sorgfältig auf die Empfindungen, die an den Muskeln zu spüren sind. Wer regelmäßig übt, kann so seine Muskelspannung deutlich unter das normale Niveau senken – jederzeit und überall. So haben Kopfschmerz und Migräne schlechte Chancen.

7 einfache Übungen finden Sie unter www.diepta.de.



¹⁾ Für Kopfschmerzen und Migräne gekaufter Packungsanteil (MediScope) am Absatz (IMS), MAT 12/2017

²⁾ Goldstein et al. (2005) Headache 45(8):973-82

³⁾ Haag et al. (2009) Nervenheilkunde 28, 6, 382-397

Thomapyrin® CLASSIC Schmerztabletten. Thomapyrin® INTENSIV. Wirkstoff: CLASSIC Schmerztabletten: 1 Tablette enthält 250 mg Acetylsalicylsäure, 200 mg Paracetamol, 50 mg Coffein. Sonst. Bestandt.: Lactose-Monohydrat, Stearinsäure, Maisstärke. **Anw.-geb.:** Für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren bei akuten leichten bis mäßig starken Schmerzen. INTENSIV: 1 Tablette enthält 250 mg Acetylsalicylsäure, 250 mg Paracetamol, 50 mg Coffein. Sonst. Bestandt.: Lactose-Monohydrat, Stearinsäure, Maisstärke. **Anw.-geb.:** Zur Behandlung von akuten Kopfschmerzen (z. B. Spannungskopfschmerzen) und Migräneanfällen (mit und ohne Aura). **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gegen Salicylate, NSAIDs oder sonstige Bestandteile; Magen- und Darm-Ulcera; schwere Leber- oder Nierenfunktionsstörungen; schwere, unkontrollierte Herzinsuffizienz; hämorrhagische Diathese; Einnahme von ≥ 15 mg Methotrexat pro Woche; letzten 3 Monate der Schwangerschaft; Kinder bis 12 Jahre. **Nebenw.:** Häufig: Schwindel, Nervosität, Bauchschmerzen, Mikroblutungen, Sodbrennen, Übelkeit und Erbrechen; Gelegentlich: Durchfall, Palpitationen, Überempfindlichkeitsreaktionen (Haut); Selten: Agitation, Tremor, Tachykardie, Ösophagitis, Hyperhidrose, Erschöpfung, Überempfindlichkeitsreaktionen (z. B. Dyspnoe, Hypotension, anaphylakt. Schock, angioneurotisches Ödem), schwere Hautreaktionen (inkl. Erythema multiforme), gastrointestinale Ulzerationen und Blutungen, Transaminasenerhöhung, Hautrötungen; Sehr selten: Eisenmangelanämie, Hypoglykämie, gastrointestinale Perforation, Leber- oder Nierenfunktionsstörungen, Blutbildveränderungen inkl. Thrombozyto-, Leuko-, Panzytopenie, Agranulozytose, Überempfindlichkeitsreaktionen inkl. Erythem, Urticaria, Bronchospasmus bei NSAID-Allergikern; Häufigkeit nicht bekannt: Blutungen (z. B. Nasen-, Zahnfleisch-, Hautblutung) ggf. verlängerte Blutungszeit (bis 8 Tage nach der Einnahme), Hör-, Sehstörungen, Tinnitus, erosive Gastritis, Verschlechterung infektiöser Entzündungen (mit z. B. nekrotisierender Fasciitis), Schlaflosigkeit. Kopfschmerzen, Somnolenz, geistige Verwirrung können Anzeichen einer Überdosierung sein. **Warnhinw.:** Schmerzmittel sollen längere Zeit oder in höheren Dosen nicht ohne Befragen des Arztes angewendet werden. Enthält Lactose. **Apothekenpflichtig. Sanofi-Aventis Deutschland GmbH, 65926 Frankfurt am Main. Stand:** Juni 2017 (SADE.THOM2.17.05.1153) SADE.THOM2.18.04.1108

PETRA Sympathix wurde Ihnen präsentiert von Thomapyrin®

Ab hier weiter online:

Praktisches aus PETRA's Trickkiste

Mit progressiver Muskelentspannung nach Jacobson gegen Kopfschmerzen – diese 7 Übungen helfen

PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG – SO GEHT'S!

Aufmerksamkeit auf die jeweilige Körperregion lenken
Muskeln anspannen

Spannung kurz halten (ca. 5-10 Sek.), dabei weiteratmen

Mit dem Ausatmen Spannung lösen und entspannen
(45-60 Sek.)

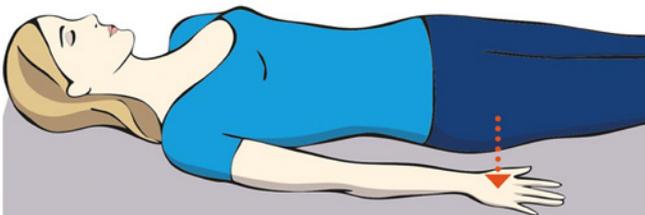
1. Hand

Nehmen Sie im Liegen eine entspannte Haltung ein. Schließen Sie die Augen und achten Sie auf Ihren Atem. Lenken Sie die Aufmerksamkeit auf Ihren dominanten Arm (z. B. rechts bei Rechtshändern). Die Hand zur Faust ballen. Die Anspannung bewusst wahrnehmen und für ca. 5 Sekunden halten. Lockerlassen. Wie fühlt sich die Hand jetzt an? Dann den Arm wechseln.



2. Unterarm

Lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit nun zu den Armen. Beide Unterarme anspannen, indem die flachen Hände auf den Boden gedrückt werden. Spannung 5 Sekunden halten, dann wieder lösen.



3. Gesicht

Richten Sie die Wahrnehmung auf Ihr Gesicht. Den Unterkiefer entspannt und locker lassen, dann die Zunge fest gegen den Gaumen drücken. Gleichzeitig Zähne und Lippen aufeinanderpressen, die Nase rümpfen und die Augen zusammenkneifen. Nach 5 Sekunden die Anspannung wieder lösen.



4. Kopf

Den Kopf etwas einziehen und den Hinterkopf 5 Sekunden gegen den Boden drücken. Danach entspannen.



5. Schultern

Nehmen Sie nun ganz bewusst wahr, wie die Schultern auf dem Boden aufliegen. Dann die Schultern anspannen und in Richtung Ohren ziehen. 5 Sekunden halten und wieder lockerlassen.

6. Brust

Tief einatmen, den Atem kurz halten und dabei die Brustmuskulatur anspannen. Nach 5 Sekunden loslassen. Was spüren sie?

7. Beine

Die Füße auf den Boden stellen und die Oberschenkel gegen einen gedachten Widerstand nach außen drücken. Die Spannung 5 Sekunden halten, dann wieder lösen. Anschließend noch einen Augenblick ruhig liegen bleiben. Atmen Sie bewusst und achten Sie darauf, wie entspannt sich der Körper jetzt anfühlt.

