

Noch immer sind die Wechseljahre ein Tabuthema, weshalb sich Frauen oft für ihre Problematik schämen und nicht gerne darüber reden. Doch jede Frau trifft es irgendwann, meist zwischen dem 45. und 60. Lebensjahr. In dieser Phase verändert sich die Konzentration der Geschlechtshormone Östrogen und Progesteron. Dem ersten Stadium des Klimakteriums, der Prämenopause (Vor-

meist für einen hilfreichen Rat sehr dankbar sind, einzugehen. Doch wie erkennen Sie nun eine „Klimakterium-Kundin“? Befindet sich eine Frau im typischen Alter des Hormonumschwungs und klagt über die charakteristischen Beschwerden, sollten Sie aufmerksam sein: Fragen Sie vorsichtig weiter und leisten Sie Aufklärung darüber, dass diese Anzeichen eventuell mit einer gedrosselten Hormonproduktion zusammenhängen könnten.

fehlt und bitten Sie um Ihre kompetente Meinung.

Tatsächlich ist eine Verordnung dieser Arzneimittel aufgrund der möglichen Nebenwirkungen nicht immer zweckmäßig, denn das Risiko für Schlaganfälle, Brustkrebs oder Thromboembolien steigt. Tabu ist die HET zweifellos für Raucherinnen und Patientinnen mit Krebs, Bluthochdruck oder einem erhöhten Thromboserisiko. Die Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und

Hormonfrei durch die Wechseljahre

Das Klimakterium kann mit unangenehmen psychischen und physischen Symptomen einhergehen. Eine **homöopathische** Kombination aus Ignatia, Cimicifuga, Sanguinaria und Sepia hilft den betroffenen Frauen.

phase), folgt die Perimenopause, in welcher die eigentliche hormonelle Umstellung stattfindet. In diesem Zeitraum kommt es zur so genannten Menopause, der letzten von den Eierstöcken gesteuerten Blutung, die von der 10 bis 15 Jahre andauernden Postmenopause abgelöst wird. Patientinnen leiden während des hormonellen Wandels meist unter einer Vielzahl an Symptomen. Dazu gehören Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Reizbarkeit, Haarausfall und ein erhöhtes Osteoporoserisiko. Die Betroffenen unterliegen folglich einem hohen Leidensdruck. Daher besteht die Aufgabe von PTA und Apotheker im Beratungsalltag darin, das Thema diskret anzusprechen und einfühlsam auf die Kundinnen, die

Umstrittene Hormontherapie

Eine Zeit lang wurde die Hormonersatztherapie (HET) bei Patientinnen im Klimakterium stets ohne Bedenken eingesetzt. Ziel war es, die Wechseljahresbeschwerden zu verhindern. Mittlerweile hat es sich auch unter Laien herumgesprochen, dass solche Präparate gegebenenfalls mit dem Risiko gesundheitlicher Einbußen einhergehen. Viele Frauen verzichten daher heutzutage lieber auf eine Hormontherapie, weil sie den Eingriff in den biologischen Prozess ihres Körpers scheuen und darüber hinaus die Begleiterscheinungen der Medikamente fürchten. Betroffene sind somit häufig verunsichert, wenn ihr Gynäkologe ihnen ein Hormonpräparat emp-

fehlung empfiehlt die Behandlung ausschließlich bei sehr starken Beschwerden und einem hohen Leidensdruck je nach Symptom und erst wenn andere Möglichkeiten nicht greifen. Da die Anwendungsdauer auch in diesen Fällen wohl bedacht sein sollte, stellen Phytotherapeutika oder Homöopathika sinnvolle Alternativen dar.

Hormonfreie und risikoarme Wirkstoffkombination

Klimaktoplant® N ist ein homöopathisches Medikament, welches die körpereigene Selbstregulation stimuliert und das Gleichgewicht des Organismus auf diese Weise wiederherstellt. Die einzigartige Kombination aus Cimicifuga, Sepia, Ignatia und



Sanguinaria verfügt über ein breites Wirkspektrum und hilft bei seelischen und körperlichen Beschwerden. Die gute Wirksamkeit des DHU-Arzneimittels wurde bereits durch eine Studie belegt (Gerhard & Ventskovsky, 2006).

Die Traubensilberkerze (*Cimicifuga racemosa*) bekämpft Symptome wie Hitzewallungen, nervöse Herzbeschwerden und Kopfschmerzen. *Sepia officinalis* wird aus dem getrockneten Inhalt des Tintenbeutels des gemeinen Tintenfischs gewonnen und mildert Reizbarkeit, Launenhaftigkeit, Hitzewallungen,

Schweißausbrüche und Schlaflosigkeit. Die Ignatiusbohne erzielt positive Effekte bei der Behandlung von Stimmungsschwankungen, innerer Unruhe und Migräne. Zuletzt reduziert die kanadische Blutwurzel (*Sanguinaria*) Hitzewallungen, Schwindel und Übelkeit.

»Patientinnen sind zum Teil skeptisch gegenüber einer Hormontherapie und fragen nach Alternativen.«

Potenziertes Effekt Der große Vorteil von Klimktoplant® N liegt darin, dass sich die Substanzen in ihrer Wirkung ergänzen und die komplette Bandbreite der typischen Symptome abdecken. Das Arzneimittel punktet außerdem mit seiner sehr guten Verträglichkeit und ▶

AKTION KLIMAKTERIUM

► ist im Gegensatz zur HET zur langfristigen Therapie ideal geeignet. Man beginnt mit der Einnahme, sobald sich die ersten Symptome des Klimakteriums bemerkbar machen. Die Anwendung von Klimaktoplant® N ist praktisch und unkompliziert: Es sind keine Interaktionen zu anderen Wirkstoffen bekannt, sodass selbst Patientinnen mit Bluthochdruck, Krebserkrankungen

ren sind. Wünschen sie zum Beispiel ein Schlafmittel und klagen auf Ihre vorsichtige Nachfrage hin über Nervosität oder Hitzewallungen, sollten Sie hellhörig werden. PTA und Apotheker haben grundsätzlich die Aufgabe, geplagte Frauen umfassend über die verschiedenen Therapieoptionen aufzuklären sowie alternative Behandlungsmöglichkeiten (z. B. Klimaktoplant® N) vorzuschlagen.

aktiv durchs Leben gehen. Gerne zeige ich Ihnen ein homöopathisches Medikament, das Ihnen sehr gut helfen kann.“

Frau Könders, 52 Jahre, ist bei Ihnen in der Apotheke, weil sie gezielt ein Arzneimittel gegen ihre klimakterischen Beschwerden sucht. Auf Hormonpräparate möchte sie verzichten und hat über die Risiko-Nutzen-Bilanz dieser Substanzen bereits mit ihrem Arzt gesprochen. Unter den Wechseljahren leide sie schon seit längerer Zeit und möchte nun etwas gegen ihre Hitzewallungen, ihre Reizbarkeit und die Schlaflosigkeit tun, denn bisher habe sie noch nichts probiert, weil sie nicht wusste, dass es Alternativen zur HET gibt.

Auch in diesem Beispiel ist Klimaktoplant® N eine sinnvolle Empfehlung, denn die Viererkombination verbessert durch ihre synergistische Wirkung psychische und körperliche Probleme. Ein weiterer Vorteil besteht darin, dass gerade Frauen dieser Altersstufe gegenüber der Homöopathie sehr aufgeschlossen sind, insbesondere dann, wenn sie das Anliegen haben, eine Hormontherapie zu vermeiden. Außerdem legen die Patientinnen großen Wert darauf, dass ihr Arzneimittel zur Langzeiteinnahme geeignet ist. Klimaktoplant® N ist geradezu eine kostengünstige Therapieoption, denn mit einer 100er-Packung kommen die Kundinnen mehr als einen Monat lang aus. Praktisch ist Klimaktoplant® N auch für PTA und Apotheker, weil sie ein Mittel empfehlen können, das in seiner Zusammensetzung einen Großteil der klimakterischen Beschwerden abdeckt. ■

*Martina Görz,
PTA und Fachjournalistin (FJS)*

AUCH BEI DER PHYTOTHERAPIE NEBENWIRKUNGEN BEACHTEN

Phytopräparate basieren in der Regel auf Extrakten der Traubensilberkerze und enthalten oft zusätzlich Johanniskraut. Sie haben eine hormonähnliche Wirkung, weshalb zu beachten ist, dass die pflanzlichen Inhaltsstoffe nicht mit Östrogenen kombiniert werden dürfen. Für Betroffene mit Tumorerkrankungen, Leberschädigungen oder für Frauen mit Störungen der Regelblutung sind Phytotherapeutika Tabu. Auch können sie mit Nebenwirkungen wie zum Beispiel Magen-Darm-Beschwerden, allergischen Hautreaktionen und Gewichtszunahme einhergehen. Außerdem sind Wechselwirkungen mit anderen Substanzen stets zu berücksichtigen.

oder Thromboserisiko die Vorzüge des Medikaments nutzen dürfen. Weisen Sie Ihre Kundinnen darauf hin, dass sie drei Mal täglich eine Tablette einzunehmen haben und das Mittel langsam ausschleichen sollten, wenn die Anzeichen abklingen. Wie alle DHU-meine-Homöopathie-Tabletten werden auch diese unter die Zunge gelegt und lösen sich dort auf.

Das A und O: Feinfühliges Beratung Die Symptome der Wechseljahre strapazieren Betroffene meist sehr. Hinzu kommt die Scham, offen über das Thema zu sprechen. Besonders schwierig ist die Beratungssituation oft für junge PTA, weil sie die Wechseljahre selbst noch nicht erlebt haben. In solchen Situationen hilft es, die verunsicherten Kundinnen daran zu erinnern, dass es sich um ein Problem handelt, welches früher oder später jede Frau trifft. Immer wieder erleben wir in der Apotheke, dass Patientinnen in einem für die Wechseljahre typischen Alter ihre Beschwerden schildern, ohne zu ahnen, dass diese möglicherweise auf das Klimakterium zurückzuführen

Praxis Beratung Im Folgenden sind Situationen beschrieben, die sich im Apothekenalltag abspielen könnten:

Frau Müller, 47 Jahre, betritt die Offizin und klagt über Nervosität und Unruhe, die ihr seit einiger Zeit zu schaffen machen. Auf die Nachfrage der PTA, ob sich weitere Dinge im Leben der Kundin verändert hätten, antwortet sie: „Ich habe häufig mit Hitzewallungen und nachts mit Schlaflosigkeit zu kämpfen.“ Aufgrund dieser Schilderung sollte die PTA sich behutsam nach weiteren Anzeichen wie zum Beispiel einer unregelmäßigen Periode erkundigen und der Patientin erklären, dass die Beschwerden mit der eingeschränkten Hormonproduktion in den Wechseljahren im Zusammenhang stehen könnten. Frau Müller ist von der Vermutung der PTA überrascht: „Dafür bin ich doch eigentlich noch zu jung?“ Die PTA klärt auf: „Die Prämenopause setzt mit etwa 45 Jahren ein und es kommt bei manchen Frauen zu den ersten Begleiterscheinungen. Aber keine Angst: Da es wirkungsvolle Medikamente gibt, können Sie trotzdem weiterhin

Klimaktoplant® N
Zusammensetzung:
1 Tablette enthält: Wirkstoffe: Cimicifuga Trit. D2 25 mg, Ignatia Trit. D3 25 mg, Sanguinaria Trit. D6 25 mg, Sepia Trit. D2 25 mg. Die Bestandteile 1 - 3 werden über die letzte Stufe gemeinsam potenziert. Sonstige Bestandteile: Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat (Ph. Eur.), Weizenstärke, Enthält Lactose und Weizenstärke. Packungsbeilage beachten!
Anwendungsgebiete: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Wechseljahresbeschwerden wie Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Herzklopfen, innere Unruhe, Schlafstörungen. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit (Allergie) gegen einen der Wirkstoffe, Weizenstärke oder einen der anderen Bestandteile von Klimaktoplant® N.
Nebenwirkungen: Weizenstärke kann Überempfindlichkeitsreaktionen hervorrufen. In Einzelfällen können Regelblutungen oder Nasenbluten auftreten. In diesen Fällen ist das Medikament abzusetzen und ein Arzt aufzusuchen. Hinweis: Bei der Einnahme eines homöopathischen Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). In diesem Fall sollten Sie das Arzneimittel absetzen und Ihren Arzt befragen.
DHU Arzneimittel GmbH & Co. KG, Karlsruhe

PTA

DIE PTA IN DER APOTHEKE

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: »Klimakterium«
Postfach 1180
65837 Sulzbach (Taunus)
Fax: 0 61 96/76 67-269
E-Mail: gewinnspiel@pta-aktuell.de

**Einsendeschluss ist der
31. Oktober 2013.**

**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 DHU Arzneimittel GmbH & Co. KG sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich einverstanden, dass meine Adresse zum Zwecke des Gewinnversands an die DHU Arzneimittel GmbH & Co. KG, weitergegeben wird.

Das können Sie gewinnen:

1. bis 40. Preis:

Je eine trendige Filzhülle in der Farbe türkis für Ihr Smartphone von la fraise rouge. Ein handgefertigtes Produkt aus hochwertigem Wollfilz. Maße der Handytasche: 13,5 x 9,5 Zentimeter.



Der Preis wurde von der DHU Arzneimittel GmbH & Co. KG zur Verfügung gestellt.

GEWINNSPIEL Klimakterium

1. Klimaktoplant® N ist ein ...

- A Medikament mit Hormonen.
- B Phytotherapeutikum.
- C homöopathisches Arzneimittel.



2. Die Wirkung von Klimaktoplant® N ...

- A kann man nicht nachweisen.
- B wurde bereits in einer Studie belegt.
- C zeigte in Studien kein signifikantes Ergebnis.

3. Im Klimakterium verändert sich die Konzentration ...

- A von Östrogen, Progesteron bleibt stabil.
- B von Progesteron, Östrogen bleibt stabil.
- C beider Hormone.