

AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

Chronische Gelenkschmerzen können zermürben und jede Bewegung zur Qual werden lassen. **Wobenzym® plus**, jene bewährte Kombination aus den Enzymen Bromelain und Trypsin sowie dem Flavonoid Rutosid, hilft dauerhaft.

Kuren wie die Kaiserin

Vorweg gesagt: Dass sich der Gelenkknorpel im Laufe des Lebens abnutzt, ist ein ganz natürlicher Verschleißprozess und völlig unproblematisch. Doch wenn Schmerzen hinzukommen, die einfach nicht mehr verschwinden und schließlich Bewegungen verhindern – dann ist der normale Verschleiß zur Krankheit geworden. Von Arthrose spricht man, wenn die Gelenke entzündet sind und schmerzen. Im Anfangsstadium bereitet sie meist keine Beschwerden. Die Betroffenen verspüren lediglich hin und wieder ein Stechen in den jeweiligen Gelenken oder leichte Beschwerden nach längeren Bewegungspausen.

Schmerz hemmt Bewegung

Je weiter jedoch die Arthrose fortschreitet, desto stärker werden die Schmerzen. Im Endstadium, wenn die komplette Knorpelschicht abgenutzt ist und die Knochen beim Bewegen des Gelenks direkt aneinander reiben, wird der Alltag zur schmerzhaften Herausforderung. Das Problem: Arthrose ist nicht heilbar. Die gute Nachricht: Der

Verschleiß lässt sich verlangsamen und die Schmerzen wirksam lindern. Natürlich können die Symptome mit einem Abkömmling des Wirkstoffs Ibuprofen – dem Diclofenac – punktuell gelindert werden. Doch das ist nichts für die Dauer, denn der Wirkstoff schädigt nicht nur die Leber, sondern geht oft auch auf den Magen. Besser ist es, sich die natürliche Heilkraft der Enzyme zunutze zu machen. Sie sollten immer als Alternative zur chemischen Schmerzbekämpfung gesehen werden

Kombination hilft Enzyme fördern die rasche Abheilung von Entzündungen und aktivieren die körpereigene Selbstheilung. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen zudem, dass entzündungsbedingte Arthrose-Schmerzen mit Hilfe von Enzymen ebenso erfolgreich gelindert werden wie mit Diclofenac. Desweiteren sind Enzymkombinationen aufgrund der guten Verträglichkeit für die Langzeittherapie geeignet.

Sissi liebte die Kur Und es gibt noch einen zweiten Weg, sich um die schmerzenden Gelenke zu küm-

mern: die klassische, mit einem Ortswechsel verbundene Kur. Denn hektische Arbeitstage oder auch exzessiver Sport können schnell zu einer körperlichen und seelischen Belastung werden. Um sich eine Auszeit vom Alltag zu gönnen, besuchten allein im vergangenen Jahr 2014 rund 23 Millionen Deutsche die 350 Kur- und Heilbäder unseres Landes. Doch welche Kurmethoden haben sich zur Linderung chronischer Gelenksbeschwerden bewährt? Da gibt es zum einen die oben erwähnte, klassische Kur. Sie kann vom Arzt verordnet und von der Krankenkasse bezahlt werden. Dabei ist die „Kur“, die schon Kaiserin Sissi bevorzugte, viel mehr als ein schlichter Urlaub vom Alltag. Der alte Ausdruck „eine Kur gebrauchen“ spiegelt das wider. Entlehnt vom

© Butch / fotolia.com



DICLOFENAC VERSUS ENZYME

Studien haben erwiesen, dass es die Enzymkombi durchaus mit dem Wirkstoff Diclofenac aufnehmen kann - Bromelain und Trypsin mit Rutosid sind außerdem besser verträglich

lateinischen Begriff „cura“ bedeutet das Wort so viel wie Bemühung oder Pflege. Genau um diese beiden Aspekte geht es bei einem Heilaufenthalt: Pflege und das Bemühen, die eigene Gesundheit und innere Balance wiederherzustellen. Denn eine Kur benötigt immer die innere Bereitschaft des Kranken zur Heilung!

Hilfe zur Selbsthilfe Aus medizinischer Sicht handelt es sich bei einer Kur um die Betreuung und Pflege unter ärztlicher Aufsicht. Je nach Krankheitszustand können solche Maßnahmen zur Vorsorge oder zur Linderung von (chronischen) Beschwerden in Form einer Rehabilitation erfolgen. Die Vorkehrungen vor Ort ermöglichen dem Patienten eine physische oder psychische Genesung. Welche Kur-

art für die Betroffenen die richtige ist, wird gemeinsam mit dem behandelnden Arzt entschieden. Nur eine individuell abgestimmte Therapie gewährleistet eine Verbesserung zur Erhaltung der Gesundheit. Rund ein Drittel alle Heilbehandlungen werden von Menschen mit Rücken- oder Gelenksbeschwerden wahrgenommen. Und es sind immerhin 10 Millionen Menschen, für die diese zum schmerzhaften Alltag gehören! Eine Kur bietet den Betroffenen den optimalen Rahmen, um Schmerzen zu lindern und sich zu erholen. Dem Element Wasser kommt hierbei eine besondere Funktion zu.

Wasser als Therapie Und das führt zum nächsten Therapieansatz: der **Kneipp-Kur**. Dass es sich bei dem Element Wasser um nasse Na-

turmedizin handelt, erkannte 1849 bereits der Namensgeber des Heilverfahrens, der Priester Sebastian Kneipp. Heute ist seine Hydrotherapie („Wasserkur“) fester Bestandteil zahlreicher Behandlungen. Wechselbäder, Wickel, Waschungen, Güsse und Wassertreten lindern Schmerzen bei Venenleiden oder entzündlichen Gelenksbeschwerden wie Arthrose und rheumatoider Arthritis. Generell ist das Kneipp'sche Naturheilverfahren ein ganzheitlicher Gesundheitsansatz, der auf fünf Säulen aufbaut. Neben den Heilkräften des Wassers sind auch **Kräuterheilkunde, Ernährung, Bewegung und innere Ordnung** ausschlaggebend bei dieser Behandlungsform. Der Vorteil: Dem Patienten wird nicht nur am Kurort Entspannung und Genesung ermöglicht. Elemente ►

AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

► der Kneipp-Therapie können in den heimischen Alltag übernommen und integriert werden. Eine weitere Möglichkeit, heilend auf die schmerzenden Gelenke einzuwirken, ist das **Moorheilbad**. Denn: das Moor ist Medizin, die aus reiner Natur besteht. Wesentlicher Bestandteil einer Moorpackung ist zumeist Torf, entstanden innerhalb mehrerer tausend Jahre aus abgestorbenen Pflanzen.

Heilende Erde Für die medizinische Anwendung bei einer Kur wird der Torf zunächst gestochen, zerkleinert und schließlich mit Wasser vermischt. Dieser Schlamm wird als Zusatz in eine Wanne gegeben. Auch ein Bestreichen einzelner Körperteile ist möglich. Verspannungen können so gezielt an Knotenpunkten behandelt werden. Ein toller Nebeneffekt ist übrigens: Die Inhaltsstoffe des Gemisches straffen die Haut und geben Vitamine sowie Mineralien an den Patienten weiter. Diese Form der Therapie ist ideal für Menschen mit Erkrankungen des Bewegungsapparates. Der Schlamm wärmt nicht nur die erkrankten Körperpartien, sondern die angenehme Temperatur hilft zudem beim Entspannen. Die zu Unrecht ein wenig aus der Mode gekommene Erholungskur mittels **Thermalquelle** bietet neben Wasser jede Menge heilkräftige Salze. Doch Achtung: nicht jede Therme – die sich vom lateinischen „thermae“ für heiße Quelle ableitet – ist ein Thermalbad. Erstere erinnert zwar mit ihrem Namen an die römische Badekultur, bietet seinen Gästen jedoch oft nur Wasser aus der Leitung.

Mineralische Quellen Anders das Thermalbad: Hier gelangt das warme Wasser aus einer Heilquelle, ist voller Mineralien und immer wärmer als

20 Grad. Um sich „Thermalquelle“ nennen zu dürfen, muss das Wasser dieser Bäder pro Liter ein Gramm gelöste Mineralstoffe enthalten. In Deutschland gibt es rund 70 dieser spezifischen Kurorte, die für medizinische Zwecke genutzt werden. Sie können natürlichen Ursprungs sein oder durch Bohrungen erschlossen werden. Ihr Auftreten ist durch vulkanische Aktivität oder die Lage des Wassers in der Erdkruste bedingt. In beiden Fällen wird das Wasser unterirdisch erhitzt. Fakt ist: Die angenehme Schwerelosigkeit beim Schwimmen hilft dabei, Stress abzubauen und die Muskeln zu entspannen. Der Blutdruck wird gesenkt, der Kreislauf und die Durchblutung angeregt. Das mineralhaltige Wasser lindert zudem effektiv die Beschwerden von Gelenkerkrankten.

Gesundes Quellwasser Übrigens kann Wasser aus einer Thermalquelle nicht nur zur äußeren, sondern auch zur inneren Anwendung genutzt werden. Über einen Zeitraum von bis zu 6 Wochen werden hierzu täglich ein bis zwei Liter Quellwasser zu sich genommen. Diese Art der Trinkkur kann dabei helfen, Störungen des Verdauungstraktes und der Nieren zu beheben. Doch was tun, wenn die Zeit fehlt, eine Kur „zu gebrauchen“? Denn wenn jeder Schritt wehtut und die Gelenke Bewegungen nicht mehr schmerzfrei ausführen, ist dies ein Warnsignal des Körpers! Zum Glück gibt es für Betroffene eine Alternative zu Heilverfahren in der Ferne: eine Kur für daheim! Durchschlagenden Erfolg verspricht auch eine Kombination aus beidem!

Einfach und unkompliziert Die Enzym-Kur mit Wobenzym® plus kann bei 6- bis 8-wöchiger Anwen-

dung den Verlauf einer Arthrose positiv beeinflussen: Ziel ist es, Schmerzen zu verringern und die Bewegungsfähigkeit zu verbessern. Die beiden natürlichen Enzyme Bromelain und Trypsin regulieren dabei den Verlauf der Entzündungsprozesse, wirken abschwellend und lindern dadurch Schmerzen. Trypsin verbessert zusätzlich die Fließeigenschaften des Blutes. Rutosid unterstützt den abschwellenden Effekt und wirkt zudem antioxidativ. Diese Enzym-Kur bietet eine schonende Alternative zur Behandlung mit klassischen Schmerzmitteln wie Diclofenac, Ibuprofen oder Naproxen. Denn die Einnahme von NSAR (nicht-steroidalen Antirheumatika) ist eine Belastung für den Körper – besonders für Leber und Nieren. Die Enzymkombination wirkt dagegen gleichwertig effektiv gegen Schmerzen und überzeugt zudem durch Verträglichkeit. Bei der Langzeittherapie von chronischen Beschwerden ist dies ein entscheidender Vorteil. Dabei beträgt die Dosierung von Wobenzym® plus: In der ersten Woche 2 x 6 Tabletten täglich. Anschließend werden über einen Zeitraum von 6 bis 8 Wochen 2 x 3 Tabletten täglich eingenommen. Generell sollten Patienten wissen, dass betroffene Gelenke keineswegs dauerhaft ruhig gestellt werden dürfen! Bewegung ist ein wesentlicher Bestandteil des Heilungsprozesses. Erst durch die Schmerzlinderung und anschließende Bewegungssteigerung ist aber eine Gelenk-Stabilisierung möglich! ■

Alexandra Regner,
PTA und Journalistin

Wobenzym® plus ist ein entzündungshemmendes Arzneimittel (Antiphlogistikum). **Anwendungsgebiete:** Zur unterstützenden Behandlung von Erwachsenen bei Schwellungen, Entzündungen oder Schmerzen als Folge von Verletzungen; Thrombophlebitis; Entzündung des Urogenitaltraktes; schmerzhafter und aktivierter Arthrose und Weichteilrheumatismus. **Zusammensetzung:** 1 Tablette enthält als Wirkstoffe: 100 mg Rutosid-Trihydrat, 67,5-76,5 mg Bromelain (eingestellt auf 450 F.I.P.-Einheiten) und 32-48 mg Trypsin (eingestellt auf 24 ukat). Sonstige Bestandteile: Lactose - Monohydrat, vorverkleisterte Stärke (Mais), Magnesiumstearat [pflanzlich], Stearinsäure, gereinigtes Wasser, hochdisperses Siliciumdioxid, Maltodextrin, Talkum, Methacrylsäure-Methylmethacrylat-Copolymer (1:1), Titandioxid (E171), Macrogol 6000, Triethylcitrat, Vanillin. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen einen der Bestandteile des Arzneimittels; gleichzeitige Einnahme von Medikamenten, die die Blutgerinnung beeinflussen; Blutgerinnungsstörungen wie z.B. Bluterkrankheit; schwere Leber- oder Nierenschäden; unmittelbar anstehende Operation. Zur Anwendung in Schwangerschaft, Stillzeit und bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren liegen keine ausreichenden Untersuchungen vor. Enthält Lactose. **Nebenwirkungen:** Selten: Allergische Reaktionen wie Hautausschlag, Juckreiz, Hautrötung, Beschwerden im Magen-Darm-Trakt verschiedener Art wie Magen-Darm-Krämpfe. Gelegentlich: Asthmaähnliche Beschwerden, Völlegefühl, Flatulenz, Veränderung des Stuhls in Beschaffenheit, Farbe, Geruch. Sehr selten: Durchfall, Übelkeit, Erbrechen, Schwitzen, Kopfschmerzen, Blähungen, Hungergefühl.

Stand: Juli 2014

MUCOS Pharma GmbH & Co. KG, Miraustr. 17, 13509 Berlin



FIT FÜR DIE BERATUNG

Liebe PTA, mit unseren Beiträgen, die wir im Oktober, November und Dezember gemeinsam mit dem langjährigen Apothekenpartner Mucos Pharma veröffentlichen, informieren wir Sie über wichtige Anwendungsbereiche von Wobenzym plus®. Die Gesundheitsfürsorge rückt zunehmend in den Fokus Ihrer Kunden – und damit auch Ihre Beratung zur bedarfsgerechten Selbstmedikation mit qualitativ hochwertigen Gesundheitsprodukten.

Die Redaktion

Lesen Sie im Heft den Artikel „Kuren wie die Kaiserin“ ab Seite 90, notieren Sie die richtigen Antworten und schicken diese per Post, Fax oder via E-Mail an:

DIE PTA IN DER APOTHEKE

Stichwort

»Fit für die Beratung – Kuren wie die Kaiserin«

Postfach 57 09 · 65047 Wiesbaden

Fax: 06 11/5 85 89-269

E-Mail: gewinnspiel@pta-aktuell.de

Absender, Apothekenanschrift und Berufsbezeichnung bitte nicht vergessen!

Das sind unsere Fragen im Oktober:

1. Welchem Zweck dient die mit einem Ortswechsel verbundene Kur?

- A** Als Urlaub vom Alltag.
- B** Um Betreuung und Pflege des Kranken unter ärztlicher Aufsicht.
- C** Als Krankschreibung, die nicht der Arbeitgeber, sondern die Krankenkasse bezahlt.

2. Welchen Vorteil bietet die Enzymkombination gegenüber NSAR?

- A** Sie sind nicht nur genauso wirksam, sondern besser verträglich.
- B** Sie stärken außerdem das Immunsystem.
- C** Sie wirken darüber hinaus gegen Kopfschmerzen.

3. Auf welchem Ansatz beruht die nach einem Priester benannte Kneipp-Kur?

- A** Wassertreten ist gut für die Beine.
- B** Auf 5 Säulen, unter anderem der Heilkraft des Wassers.
- C** Auf Beten und Fasten.

Einsendeschluss ist der 31.10.2015

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

MITMACHEN UND GEWINNEN!

Folgende Preise stellt unser Aktionspartner zur Verfügung:

1. bis 5. Preis

Jetzt beginnt wieder die Schmuddelwettersaison. Aber der Herbst hat auch seine schönen Seiten. Denn gerade wenn es draußen regnet und stürmt, ist es in der Sauna oder einer Therme umso heimeliger. Mit den extra großen und flauschigen Handtüchern, in die man sich nach dem Bad oder Saunieren gemütlich einkuscheln kann, macht die Auszeit vom Alltag besonders viel Spaß.



DIE PTA IN DER APOTHEKE und die Mucos Pharma freuen sich auf Ihre Teilnahme.

PTA 
DIE PTA IN DER APOTHEKE

Wobenzym[®] plus 