





Niesen, schneuzen, schniefen

Schnupfen ist eines der häufigsten Symptome, das Kunden in die Apotheke führt. Sie wünschen sich rasche und effektive Hilfe. Mit der richtigen Beratung können sich PTA profilieren.

Wenn ein Kunde mit dem Wunsch „Ich hätte gern etwas Gutes gegen Schnupfen“ die Apotheke betritt, ist dies keine triviale Beratungssituation, in der einfach nur ein Nasenspray über den Handverkaufstisch gereicht werden sollte. Um zielgerichtet zu behandeln, ist es wichtig zu erfragen, was die Ursache des Schnupfens ist. In

nische Schnupfensymptome begünstigen. Nicht zuletzt kann eine laufende Nase die Nebenwirkung eines Medikamentes sein. In all diesen Fällen sollte die Vorort-Apotheke eine kompetente Anlaufstelle für die Patienten sein, die dort versierte und zielgerichtete Beratung erhalten, um mit dem richtigen Arzneimittel und Begleitempfehlungen optimal versorgt zu werden.

Schutzbarriere vor Keimen und Fremdstoffen ist die Nasenschleimhaut. Sie besteht zum Großteil aus dem respiratorischen Flimmerepithel und im oberen Nasengang aus der Riechschleimhaut mit den spezifischen Sinneszellen, die unseren Riechsinn sicherstellen. Zwischen den Flimmerhärchen, die stetig eingeatmete Erreger rachenwärts zum Abschlucken oder Herausniesen abtransport-

trächtiges Riechvermögen und Kopfschmerzen.

Leitplanken für die Beratung Die Bundesapothekerkammer stellt Leitlinien zur Beratung in der Selbstmedikation zur Verfügung, so auch zum Thema Schnupfen. Jede Leitlinie gliedert das Beratungsgespräch in drei Blöcke: die Fragen zur Informationsgewinnung, die Entscheidung über die best-

Auf Türklinken und Gegenständen können Rhinoviren bis zu acht Stunden überleben. Umfassende Hygienemaßnahmen sind die beste Prävention in der Erkältungszeit.

den Herbst- und Wintermonaten hat die infektiöse Erkältung Hochkonjunktur. Patienten kommen mit roten laufenden Schnupfennasen in die Apotheke. Schon rein optisch ist den Betroffenen die Krankheitslast anzusehen. Im Frühling finden ebenfalls zahlreiche Patienten mit verstopften oder laufenden Nasen den Weg in die Apotheke. Denn dann haben Pollen Saison und Apothekenmitarbeiter haben vermehrt zu Heuschnupfen zu beraten. Dauerhaft leiden Menschen unter Schnupfensymptomen, die eine Abhängigkeit von abschwellenden Nasensprays entwickelt haben. Sobald das abschwellende Dekongestivum abgesetzt wird, ist die Nase zu und die Atmung behindert – der erneute Griff zum Nasenspray ist vorprogrammiert. Auch hormonelle Veränderungen, zum Beispiel im Rahmen einer Schwangerschaft können chro-

Die Nase Der Mund-, Nasen- und Rachenraum ist ein zusammenhängender Bereich und Beschwerdebilder erstrecken sich häufig auf die gesamte Region. Der Rachen gliedert sich in einen oberen Nasen-, einen mittleren Mund- und einen unteren Schlundrachen, verbindet also den Atemapparat untereinander und mit dem Verdauungssystem. Zwischen Nase und dem Mittelohr bilden die Ohrtrompeten die Verbindung und sorgen für den Druckausgleich. Dass dieser Zusammenhang bei Schnupfen eine Rolle spielt, weiß jeder, der schon einmal mit Schnupfen geflogen ist und Probleme mit dem Druckausgleich beim Starten oder Landen hatte. Die beiden Nasenhaupthöhlen münden in den Nasenrachen, wo sich auch die Rachenmandeln befinden, die für die lokale Immunabwehr wichtig sind. Die erste wichtige

tieren, befinden sich die Bacterzellen. Diese produzieren bei einer Entzündungsreaktion gemeinsam mit den Nasendrüsen Nasensekret und Schleim. Kommt es zu einer Infektion der oberen Atemwege mit Rhinoviren, resultiert dies meist in einer entzündlichen Erkrankung von Nase, Nasennebenhöhlen und Rachen. Bei der Rhinitis steht die Nasenschleimhaut im Fokus, bei der Rhinosinusitis die Nasen- und die Nasennebenhöhlenschleimhäute. Das Entzündungsgeschehen wird durch inflammatorische Botenstoffe in Gang gehalten, es kommt zum Anschwellen der Schleimhäute und zur verstärkten Produktion von Nasensekret. Die Betroffenen klagen über typische lokale Symptome wie Druckgefühl in Nase und Nasennebenhöhlen, schlechte Belüftung, eingeschränkte Atmung, beein-

möglichen Therapiemaßnahmen für den Patienten und der Information über das ausgewählte Mittel. Die erste Frage lautet: Wer hat den Schnupfen? – Abhängig davon, ob der Betroffene ein Säugling, ein Kind, ein Erwachsener oder eine Schwangere ist, werden später zum Beispiel unterschiedliche Wirkstoffe und Dosierungen ausgewählt. Weiterhin muss die Eigendiagnose sowie der Eigenwunsch hinterfragt werden. Mit den Fragen nach Art, Beschaffenheit, Dauer und Häufigkeit der Schnupfenbeschwerden, schaffen PTA und Apotheker es, Anhaltspunkte für die Ursache des Schnupfens zu bekommen. So ist ein gelblich-grünlicher Schnupfen begleitet von produktivem Husten und Kopfschmerzen vermutlich eher erkältungsbedingt und der dünnflüssige Fließschnupfen mit Niesen und Augenjucken ►

Lästige, wiederkehrende Schuppen?

Ihre bewährte Empfehlung: Terzolin®!



NEU
von STADA
Jetzt zum
attraktiven
Preis



Bekämpft nicht nur die Schuppen, sondern auch ihre Ursache

- Bis zu drei Monate schuppenfrei
- Bekämpft den Schuppen-Pilz
- Lindert schnell den Juckreiz
- Wirksamkeit klinisch nachgewiesen¹

Einfache Anwendung wie ein Shampoo

Terzolin®

Die medizinische Schuppen-Kur


Bessere Beratung Ihrer Kunden
durch apothekia® Schulung!



Unser Auftrag – Ihre Gesundheit

¹ Okokon EO et al., Cochrane Database of Systematic Reviews 2015; Issue 5

Terzolin® 2 % Lösung. Wirkstoff: Ketoconazol. Zus.: 1 ml Lsg. z. Anw. auf d. Haut u. Kopfh. enth. 20 mg Ketoconazol. **Sonst. Bestandt.:** Dodecylpoly(oxethylene)-2-hydrogensulfat, Na-salz, Dodecylpoly(oxethylene)-3-hydrogensulfosuccinat, Dinatriumsalz, N,N-Bis(2-hydroxyethyl)cocofettsäureamid, Tridodecylammoniumpolypeptide (MMG 2000), Poly(oxethylene)-120-methyl(D-glucopyranosid)dioleat, 1,1'-Methylenbis[3-(3-hydroxy-methyl-2,5-dioximidazolidin-4-yl)harnstoff] (Imidurea), Parfüm-Bouquet (Kräuter), Erythrosin, Na-hydroxid, Na-chlorid, Salzsäure 36 %, Gereinigtes Wasser. **Anw.:** Z. Th. v. seborrhoischer Dermatitis, u. Pityriasis versicolor b. Jugendl. u. Erw. **Gegenanz.:** Überempf. gg. d. Wirkst. od. e. d. sonst. Bestandt. **Schwangersch./Stillz.:** Nur nach sorgfältiger Nutzen-Risiko-Abwägung. **NW:** Folliculitits, Überempfindlichk., Dysgeusie, Augenreiz., erhöh. Tränenfluss, Akne, Alopez., Kontaktdermatit., trock. Haut, anorm. Oberflächenstr. d. Haare, Ausschl., Brennen, Hautauffälligg., Hautschupp., Angioöd., Urtik., Haarverfärb., Hautreakt. am Verabreichungsort (z.B. Erythem, Hautreiz., Empfindlichk., Prurit., Pusteln). Angaben gekürzt – Weitere Einzelheiten entnehmen Sie bitte d. Fach- bzw. Gebrauchsinformation. Stand: März 2019. STADA GmbH, Stadastraße 2–18, 61118 Bad Vilbel

► eher ein Heuschnupfen. Außerdem werden die Grenzen der Selbstmedikation abgeprüft. Chronische Beschwerden, intensive Begleitsymptome wie Gesichtsschmerzen, Fieber oder starkes Krankheitsgefühl sind

dikamente nimmt der Patient ein, wurden die Beschwerden bereits vom Arzt abgeklärt und gibt es bekannte Allergien. Wenn im Rahmen dieses Anamnesegesprächs entschieden wird, dass die Selbstme-

oder auch Kombinationsarzneimittel in Frage. Hier müssen die individuellen Wünsche des Kunden berücksichtigt werden. So bevorzugen die einen Nasentropfen, andere Dosiersprays, Nasensalben oder Tabletten.

Wirkung, mögliche Wechsel- und Nebenwirkungen, die Aufbrauchfristen und die Anwendungsdauer wichtig. Als letztes empfiehlt die Leitlinie, unterstützende nicht-medikamentöse Maßnahmen, zum Beispiel Schleimhautbefeuchtung oder Inhalation bei Erkältung anzubieten. Wer sich die Leitlinie betrachtet, denkt möglicherweise, dass diese gar nicht im normalen Beratungsgespräch umgesetzt werden kann. Doch es lohnt sich, mit den Fragen – wie bei einem Leitplankensystem – die Ursachen des Schnupfens herauszufinden. Wer die Fragen verinnerlicht hat, wird merken, dass es nur wenige Sekunden dauert, herauszufinden, ob es sich um einen Erkältungs- oder Heuschnupfen oder etwas anderes handelt. Wenn diese Entscheidung gefallen ist, dann kann auch zielgerichtet das richtige Medikament ausgewählt und dazu beraten werden.

Rhinitis acuta Humane Rhinoviren, von denen es über 200 verschiedene Subtypen gibt, werden an überfüllten Orten, wo Menschen engen Kontakt haben, durch Tröpfcheninfektion weitergegeben. Der Körper will die Erreger wieder entfernen, und so ist das Niesen zu Beginn einer Infektion ganz typisch. Bei einer Niesattacke können die Tröpfchen etwa acht bis zwölf Meter weit fliegen. Es entsteht ein Aerosol der kleinen Flüssigkeitspartikel und so verteilen sich die Erreger rasch in einer Menschenmenge. Ansteckung erfolgt außerdem von Hand zu Hand beim Begrüßen. Über Schmierinfektionen landen die Erreger dann insbesondere auch auf Türklinken oder anderen Gegenständen, zum Beispiel Telefonhörern oder Tastaturen. In Wartezimmern von Arztpraxen wird von einer Infekt- und Erkältungswelle ►



© Hans-Joachim / iStock / Getty Images

Die ersten Frühblüher verbreiten schon im Winter ihre Pollen. Deshalb denken Sie auch jetzt schon bei den entsprechenden Symptomen an einen allergischen Schnupfen.

Aspekte, die zur Empfehlung des Arztbesuchs führen sollten. Risikopatienten sind Säuglinge und Patienten mit schweren chronischen Atemwegserkrankungen. Hier ist ebenfalls zu erwägen, ob die Diagnostik durch den Arzt nötig ist. Wichtig sind auch die sonstigen Begleitumstände, also welche Dauerme-

dikation durch den Patienten möglich ist, dann sollten PTA oder Apotheker ein geeignetes Fertigarzneimittel auswählen. Bei dem Symptom Schnupfen kommen lokal wirkende Nasensprays mit unterschiedlichen Wirkstoffen, zum Abschwellen, Befeuchten oder Pflegen, sowie systemisch wirkende Tabletten

Aus der Vielfalt der Wirkstoffe und Darreichungsformen ist für jeden das Richtige dabei. Damit das Arzneimittel korrekt vom Patienten angewendet wird, schließt sich dann der Informationsteil zum ausgewählten Produkt an. Hier sind Angaben zu Dosierung, Art der Anwendung, Erläuterung der

Bezieht Ihre Apotheke schon ein Exemplar von DIE PTA IN DER APOTHEKE?



Dann bestellen Sie jetzt **WEITERE**,
für Ihre Apotheke kostenlose
Exemplare, damit alle PTA in
Ihrem Team zeitnah ein eigenes
Heft lesen können.

IHRE VORTEILE

- MONATLICHE FORTBILDUNGEN
- TOPINFORMIERT IN BERUF & PRAXIS
- REPETITORIUM IN JEDEM HEFT
- SUPPLEMENTS UND SONDERHEFTE
- EXKLUSIVE GEWINNAKTIONEN



Ja, ich möchte weitere kostenlose Ausgaben von DIE PTA IN DER APOTHEKE für meine Mitarbeiter/Kollegen bestellen.

Anzahl der zusätzlichen Exemplare

Name der Apotheke

Straße, Haus-Nr. oder Postfach

PLZ, Ort

E-Mail *

Datum

Unterschrift

* Ja, ich bin damit einverstanden, dass die Umschau Zeitschriftenverlag GmbH mich per Telefon, E-Mail und schriftlich über weitere interessante Angebote informiert.

Diese Einverständniserklärung kann ich jederzeit unter Angabe meiner Adresse durch Mitteilung an die Umschau Zeitschriftenverlag GmbH, Postfach 57 09, 65047 Wiesbaden oder per E-Mail an service@uzv.de widerrufen.

Das Abonnement läuft ab sofort bis auf Widerruf.

Vertrauensgarantie: Diese Bestellung kann innerhalb von 14 Tagen ab Bestelldatum ohne Angabe von Gründen schriftlich widerrufen werden. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung an die Umschau Zeitschriftenverlag GmbH.

Jetzt bestellen: direkt per Telefon unter 06 11/5 85 89-262 oder einfach faxen an 06 11/5 85 89-269

Bequem per Post: Umschau Zeitschriftenverlag GmbH, Leserservice DIE PTA IN DER APOTHEKE, Postfach 57 09, 65047 Wiesbaden.

► gesprochen und in der Apotheke stehen die Menschen Schlange. Eine virale Erkältung bahnt sich über zwei bis drei Tage an, Husten, Schnupfen, Kopf-, Glieder- und Halsschmerzen stellen sich ein. Ein komplikationsloser grippaler Infekt ist innerhalb einer oder spätestens zwei Wochen überwunden. Der typische Verlauf einer Erkältung beginnt mit Kratzen und Schluckbeschwerden im Hals, dann folgt der Schnupfen als ein Kardinal-

matisch behandelt. Dazu sind Dekongestiva – abschwellende Arzneistoffe – die Mittel der Wahl. In verschiedenen Darreichungsformen, nämlich Tabletten, Dosiersprays, Sprays in Quetschflaschen, Tropflösungen und Nasengelen sind α -Sympathomimetika wie Xylometazolin, Oxymetazolin, Naphazolin oder Tramazolin enthalten. Sie verbessern die behinderte Nasenatmung bereits nach einigen Minuten. Sie wirken vaso- konstriktiv, die Schleimhaut

Erwachsene, um schwerwiegende Überdosierungen zu vermeiden. Die Konzentrationen sind zum Beispiel:

- für Säuglinge Oxymetazolin 0,01 Prozent – Xylometazolin 0,025 Prozent,
- Kleinkinder bis sechs Jahren Oxymetazolin 0,025 Prozent – Xylometazolin 0,05 Prozent,
- Schulkinder und Erwachsene Oxymetazolin 0,05 Prozent – Xylometazolin 0,1 Prozent.

metika. Eine langsame Entwöhnung ist mit Kinderpräparaten durch langsames Herunterdosieren möglich. Ein anderer Weg ist die „Ein-Loch-Behandlung“. Dabei wird das abschwellende Nasenspray immer nur in ein Nasenloch gesprüht, um die Atmung so halbwegs zu erleichtern und erst die eine Seite und dann die andere Seite der Nase zu entwöhnen. Gleichzeitig können Sprays mit Meersalzlösung und Dexpanthenol zur Beruhigung der gereizten Nasenschleimhaut benutzt werden. Bei einem abrupten Absetzen des α -Sympathomimetikums kann die Rebound-Schwellung der Nasenschleimhaut mit topischen Glucocorticoiden gemildert werden. In einigen Sprays mit Dekongestiva sind zusätzlich ätherische Öle wie Menthol oder Cineol zugesetzt. Sie sollen über einen ergänzenden Kühlungseffekt die Belüftung verbessern. Kombinations sprays mit α -Sympathomimetika und Dexpanthenol haben einen zusätzlichen Vorteil bei gereizten Nasenschleimhäuten. Dexpanthenol wird im Körper zu Panthotensäure umgewandelt und hat einen wundheilungsfördernden Effekt. Beliebt sind systemische Kombinationsmittel bei Erkältung, die oral eingenommen werden und neben nichtsteroidalen Antirheumatika (NSAR) zum Beispiel Pseudoephedrin oder Phenylephrin enthalten. Sie wirken auf alpha-adrenerge Rezeptoren vasokonstriktiv und damit abschwellend. Allerdings haben sie über die systemische Wirkung auch dosisabhängig Einfluss auf das Herz-Kreislaufsystem. So kann zum Beispiel der Blutdruck leicht erhöht werden. Höhere Dosierungen können zu Unruhe und Schlafstörungen führen. Kontraindiziert sind diese systemischen alpha-Sympathomimetika wegen ihrer va-

ALLES FÜR EINE GESUNDE NASE

- + Ausreichend Luftfeuchtigkeit in den Räumen, um die Schleimhaut vor dem Austrocknen zu schützen
- + Ausreichend trinken
- + Bewegung an der frischen Luft
- + Pflegende Nasensprays mit Salzlösung und/oder Dexpanthenol zur Pflege anwenden
- + Nasenduschen in der Akutphase zur Spülung nutzen, um Allergene und Erreger herauszuspülen
- + Abschwellende Nasensprays, wenn nötig, nicht länger als fünf bis sieben Tage lang anwenden
- + Stäube und reizende Luft meiden

symptom. Die Rhinoviren kurbeln das Immunsystem an und Entzündungsbotenstoffe werden ausgeschüttet. Sie lassen die Nasenschleimhaut anschwellen und lösen die Bildung eines zunächst dünnflüssigen und dann zähen Schleims aus. Dieser ist in der akuten Infektionsphase zumeist gelblich-grünlich und beim Abklingen der Beschwerden wieder durchsichtig. Übrigens lässt sich anhand der Schleimfärbung nicht darauf zurückschließen, ob es sich um einen viralen oder bakteriellen Infekt handelt. Die akute Rhinitis wird immer nur sympto-

schwillt ab und der übermäßige Schleimfluss wird gestoppt. Die topischen Dekongestiva haben die Indikation zur Behandlung der akuten Rhinitis, Sinusitis und eines Tubenkatarrhs. Die Wirkstoffe haben jeweils eine unterschiedliche Wirkdauer: So wirkt Naphazolin zum Beispiel fünf bis sechs Stunden und Oxymetazolin und Xylometazolin zwölf Stunden. Die übliche Dosierung bei Erwachsenen und Schulkindern liegt bei ein- bis dreimaliger Anwendung pro Tag. Zu beachten sind die unterschiedlichen Dosierungen für Säuglinge, Kleinkinder und

Eltern sollten bei der Abgabe von Nasensprays für ihre Kinder auf die maximalen Konzentrationen aufmerksam gemacht werden, da es bereits Einzelfälle von Überdosierungen bei Säuglingen gegeben hat. Wichtig ist außerdem der Hinweis, die Anwendung auf maximal fünf bis sieben Tage zu beschränken, damit sich kein Gewöhnungseffekt einstellt. Menschen mit einer Rhinitis medicamentosa leiden wegen einer dauerhaften Gefäßverengung unter Schädigungen der Nasenschleimhaut und Wiederanschwellen ohne α -Sympathomi-

sokonstriktiven Wirkung bei Menschen mit Engwinkelglaukom und schweren Herz- und Gefäßerkrankungen. Schwangeren und Stillenden ist von der Anwendung systemischer Präparate abzuraten. Die Fachinformationen der oralen Erkältungskombinationsmittel empfehlen die Einnahme für Kinder und Jugendliche ab einem Lebensalter von zwölf, bei einem Teil der Arzneimittel sogar erst ab 15 beziehungsweise 16 Jahren.

Befeuchtung und Pflege

Trockene Heizungsluft, Klimaanlagen oder Wind trocknen die Nasenschleimhaut aus. Wenn der Schutzfilm der Schleimhaut nicht dick genug ist, können eindringende Keime und Erreger auch nicht erfolgreich bekämpft und entfernt werden. Das A und O für eine gesunde Nase ist, für eine ausreichende Befeuchtung zu sorgen, zum Beispiel mit Salzlösungen oder Hyaluronsäure. Isotone Salzlösungen sind 0,9-prozentig, so wie der Salzgehalt der Nasenschleimhaut. Sie befeuchten die geschädigte Nasenoberfläche, werden als angenehm empfunden und können dauerhaft ohne Gewöhnungsgefahr angewendet werden. Es gibt auch hypertone Lösungen, bei denen die Konzentration des enthaltenen Salzes höher ist als die der Nasenschleimhaut. Sie haben eine leicht abschwellende Wirkung, da sie den Zellen der Schleimhaut Flüssigkeit entziehen, um den Konzentrationsunterschied nach dem Prinzip der Osmose auszugleichen. Meersalzlösungen, die mit Dexpanthenol versetzt sind, wirken rein pflegend und befeuchtend. Sie können längerfristig verwendet werden, ohne zu einer Gewöhnung zu führen. Ectoin ist ein Naturstoff, der durch seine hydratisierende

Wirkung einen schützenden Hydrofilm auf die Nasenschleimhaut legt und diese beruhigt und befeuchtet. Nasensprays mit Ectoin und einer hypertonen Salzlösung haben auf natürliche Weise einen leicht abschwellenden und befeuchtenden Effekt. Sie können bereits von Kindern ab sechs Jahren und maximal über 30 Tage angewendet werden. Ihre Wirksamkeit ist etwas milder als die der klassischen abschwellenden Nasensprays einzuordnen. Präparate mit Hyaluronsäure sorgen für eine effektive und langanhaltende Befeuchtung der Schleimhaut. Hyaluronsäure bindet Flüssigkeit und haftet gut an der Nasenschleimhaut. Der Zugang für Rhinoviren in den Nasen-Rachenraum wird erschwert und die Selbstreinigungsprozesse der Nase unterstützt. Die Fertigpräparate gibt es für Erwachsene, Säuglinge und Kleinkinder, zum Großteil konservierungsmittelfrei und mit verlängerter Haltbarkeit – meistens sechs bis zwölf Monate nach Anbruch. Lipophile Nasenöle oder -salben enthalten häufig Vitamin A und E. Sie haften länger auf der Schleimhaut und sind besonders gut geeignet, wenn sich in der Nase nach Blutungen Krusten und trockene Borken gebildet haben. Die meisten Fertigarzneimittel sind bereits für Säuglinge zugelassen.

Zur Vorbeugung Vor einigen Jahren sind Sprays mit Hydropromellose und Carrageen auf den Markt gekommen. Diese werden als Medizinprodukte eingestuft und sollen bei den ersten Niessymptomen verwendet werden. Ihr Wirkprinzip ist die Bildung eines befeuchtenden Schutzfilms, der die Viren bindet oder ummantelt, sodass sie nicht mehr an den Zellen der Nasenschleimhaut andocken

und einfach durch die Flimmerhärchen abtransportiert werden. Sprays mit Carrageen können bis zu dreimal täglich benutzt werden und sind aufgrund der guten Verträglichkeit auch für Schwangere, Stillende und Kleinkinder ab einem Jahr zugelassen. Das Gel-Präparat mit Hydropromellose erhöht zusätzlich durch seine hyperosmolare Wirkung die Produktion von Nasensekret. Es ist erst ab einem Alter von zwölf Jahren zugelassen.

Ohne Konservierungsmittel

In vielen Nasensprays wurde lange Jahre Benzalkoniumchlorid als Konservierungsmittel eingesetzt. Es wirkt antibakteriell, antimykotisch und antiviral. Im europäischen Arzneibuch wurde für Zubereitungen zur nasalen Anwendung in Mehrdosisbehältern der Zusatz von geeigneten Konservierungsmitteln in angemessener Konzentration verlangt. Weil bei Nasentropfen oder Nasensprays bei Kontakt leicht Keime in die Flasche gelangen können und damit die Haltbarkeit eingeschränkt ist, ist eine Konservierung vorgesehen. Benzalkoniumchlorid steht jedoch in Verdacht, die Funktion der Zilien bei ihrer mukoziliären Clearance zu beeinträchtigen. Außerdem hat der Stoff ein Allergiepotezial. So wurden deshalb von vielen Pharmaherstellern geeignete Mehrdosisbehälter entwickelt, die eine kontaminationsfreie Mehrfachgabe von Nasalia ermöglichen, die nicht konserviert werden müssen. Die mikrobiologische Sicherheit wurde in zahlreichen Studien erfolgreich nachgewiesen. Bei diesen Sprühsystemen können Erreger nicht in die Arzneimittellösung gelangen. Ein integriertes Ventil gibt beim Sprühstoß den Sprühnebel ab, ohne dass verkeimte Luft oder

Flüssigkeit zurück in die Flasche strömen kann. Dennoch sollten PTA und Apotheker den Patienten darauf hinweisen, das voraussichtliche Ablaufdatum auf die Flasche zu schreiben und zu beachten. Ein Nasenspray, das ein Jahr nach Anbruch in der Hausapotheke aufbewahrt wurde, sollte spätestens beim nächsten Schnupfen durch ein neues Spray ersetzt werden.

Komplikation Rhinosinusi-

titis Wandern die Erreger von der Nasenschleimhaut auch in die Nasennebenhöhlen und rufen dort eine Entzündung hervor, handelt es sich um eine akute Rhinosinusitis. Um die Diagnose zu stellen, müssen mindestens zwei der folgenden Symptome vorliegen: verstopfte Nase oder verfärbtes Sekret, sowie stirnseitige Schmerzen/Kopfschmerzen und/oder Riechstörungen. Dauern die Symptome länger als zwölf Wochen ohne zwischenzeitlich vollständigen Rückgang der Beschwerden an, sprechen Experten von einer chronischen Rhinosinusitis. Die früher so verpönten Kombinationsmittel von NSAR wie ASS, Ibuprofen und Paracetamol mit Pseudoephedrin, Phenylpropanolamin oder Phenylephrin werden mittlerweile in der europäischen EPOS-Leitlinie und in der deutschen Leitlinie Rhinosinusitis empfohlen. Sie sollen über die systemische Wirkung besser die Nebenhöhlen erreichen als die Wirkstoffe der Nasensprays, die nur über die Nasenschleimhaut ihre abschwellenden Effekte entfalten. Kombinationsmittel können Patienten angeraten werden, wenn sie neben der verstopften Nase unter Kopf- oder Gliederschmerzen, sowie Fieber leiden. Dann ergibt die feste Kombination Sinn, um die Entzündungsprozesse zu lindern und die Belüftung der Nasennebenhöhlen ►

► zu verbessern. Der Patient muss etwas länger auf die Wirkung warten als bei der Anwendung eines Nasensprays. Retardierte Kapseln versprechen eine Wirkdauer von bis zu zehn Stunden. Zu beachten sind die Tageshöchstmengen von 240 Milligramm bei Pseudoephedrin und 40 Milligramm bei Phenylephrin. Wie bei den klassischen Nasensprays mit Dekongestiva sollte die Anwendung auf wenige Tage beschränkt sein.

Der Schleim wird besser aus den Nebenhöhlen und Bronchien herausbefördert. Kapseln, die ätherische Öle enthalten, sollten drei- bis viermal täglich 30 Minuten vor der Mahlzeit mit kalter Flüssigkeit eingenommen werden. Wer einen empfindlichen Magen hat, kann die Einnahme auch mit oder nach der Mahlzeit vornehmen. Auch die Kombination aus den Extrakten von Enzianwurzel, Schlüsselblumenblüten, Ampferkraut, Holunderblüten und

Werden die Nebenhöhlen besser belüftet, dann fließt auch das gelöste Sekret besser ab.

Wenn nichts hilft Die Gabe von Antibiotika wie Amoxicillin, Cefuroxim oder Azithromycin wird nur bei einer schweren bakteriellen Sekundärinfektion im Rahmen einer Rhinosinusitis empfohlen. Da die üblichen Erkältungsbeschwerden von Rhinoviren hervorgerufen werden, würde eine Antibiotika-Therapie keinen Erfolg erzielen.

werden. Dieser kann durch rhinoendoskopische Untersuchungen die Ursache der Beschwerden ermitteln. Weitere diagnostische Maßnahmen sind ein Abstrich der Nasenschleimhaut, um den möglichen Erreger zu identifizieren, ein Allergietest oder gar eine Computertomografie, die auch Veränderungen in tieferen Bereichen der Nasennebenhöhlen aufzeigen kann. In seltenen Fällen liegt auch eine Verkrümmung der Nasenscheidewand vor, die

ERKÄLTUNG ODER HEUSCHNUPFEN?

	Erkältungsschnupfen	Allergischer Schnupfen
Eintritt der Beschwerden	bahnt sich mit typischen Erkältungssymptomen langsam an	tritt akut nach Allergenkontakt auf – dann rasches Auftreten der Beschwerden
Dauer	klingt meist nach 10 bis 14 Tagen ab	abhängig von der Allergenexposition
Sekretbeschaffenheit	gelb bis grünlich, dicklicher Schleim	dünnflüssiges, klares Sekret
Typisches Beschwerdebild	verstopfte, dann laufende Nase	juckende, laufende oder verstopfte Nase
Begleitsymptome	Hals-, Kopf- und Gliederschmerzen, Husten	Niesen, juckende Augen, Halsjucken, Atemprobleme und Reizhusten bei asthmatischer Beteiligung möglich
Sonstiges	ortsunabhängig	Symptome abhängig von der örtlichen Allergenbelastung

Bewährt haben sich aufgrund der Verträglichkeit und guten Sekretolyse auch pflanzliche Zubereitungen mit Cineol sowie die Kombination ELOM-80 aus rektifiziertem Eukalyptus-, Zitronen-, Süßorangen- und Myrtenöl, da Patienten mit einer Nasennebenhöhlenentzündung oft über Druckschmerz und festsitzendes Sekret klagen.

Eisenkraut wirkt sekretlösend. Die übliche Dosierung beträgt abhängig von der Stärke dreimal täglich eine Tablette. Kinder zwischen sechs und zwölf Jahren erhalten die geringere Stärke mit 18 Milligramm des Drogenextraktes. Übrigens können auch pflanzliche Sekretolytika mit abschwellenden Substanzen kombiniert werden.

Von den Leitlinien werden sowohl bei akuten bakteriellen als auch bei chronischen Formen der Rhinosinusitis Nasensprays mit Mometason, Fluticason oder Betamethason empfohlen. Verbessern sich dann die Symptome nach zweitägiger Antibiotikagabe oder nach zweiwöchiger Cortisonanwendung nicht, sollte ein HNO-Arzt aufgesucht

operativ behoben wird. Bei kleinen Kindern ist auch an Polypen zu denken, die ebenfalls vom HNO-Arzt operativ entfernt werden können.

Rhinitis allergica Leicht abzugrenzen von einem Erkältungsschnupfen ist der Heuschnupfen, bei dem ein allergisches Grundgeschehen ►

Mehr Schwung für Verdauungsfunktion und Umsatz!



ARTISCHOCKE-MARIENDISTEL KOMBI-KAPSELN von Doppelherz system: das traditionelle pflanzliche Arzneimittel

- Bei **Verdauungsbeschwerden**, die sich z. B. durch **Magendruck**, **Völlegefühl** oder **Blähungen** äußern können.
- 1 Weichkapsel enthält:
50 mg **Trockenextrakt aus Mariendistelfrüchten** (25–40 : 1),
Auszugsmittel: Aceton
25 mg **Trockenextrakt aus Artischockenblättern** (5,8–7,5 : 1),
Auszugsmittel: Wasser



PZN: 13906297 (60 Kapseln)



system

Artichoke-Mariendistel Kombi-Kapseln. Für Erwachsene. **Wirkstoffe:** Mariendistelfrüchte-Trockenextrakt, Artischockenblätter-Trockenextrakt. **Zusammensetzung:** 1 Weichkaps. enthält 50 mg Trockenextrakt aus entfetteten Mariendistelfrüchten (25–40 : 1), Auszugsmittel: Aceton, 25 mg Trockenextrakt aus Artischockenblättern (5,8–7,5 : 1), Auszugsmittel: Wasser. **Sonst. Bestandt.:** Maltodextrin, Gefälltes Siliciumdioxid, Natives Olivenöl, Raffiniertes Kokosfett, Partiiell hydriertes Palmöl, Gelbes Wachs, Reisstärke, Gelatinepolysuccinat, Glycerol, Sorbitol-Lösung 70% (nicht kristallisierend), Titandioxid (E 171), Eisen (III)-oxid (E 172), Eisen (III)-hydroxid (E 172), Gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiet:** Traditionelles pflanzliches Arzneimittel angewendet zur Unterstützung der Verdauungsfunktion durch Anregung der Funktion des Leber-Galle-Systems ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung. **Gegenanz.** Überempfindlichkeit gegen Mariendistel, Artischocke und andere Korbblütler oder einen der sonstigen Bestandteile, bei Verschluss der Gallenwege und Gallensteinleiden sowie bei Entzündungen der Gallenwege bzw. der Gallenblase, bei Lebererkrankungen. **Nebenwirk.:** Es können Magen-Darm-Beschwerden wie z. B. Übelkeit, Sodbrennen und leichte Durchfälle sowie Überempfindlichkeitsreaktionen wie z. B. Hautausschläge, Juckreiz und Atemnot auftreten. Warnhinweise: enth. Sorbitol. Weit. Einzeln. u. Hinw. s. Gebrauchsinfo. Queisser Pharma GmbH & Co. KG, Schleswiger Straße 74, D-24941 Flensburg. Stand 11/2016

► vorliegt. Der Körper reagiert überschießend auf vermeintlich harmlose Umgebungsstoffe, zum Beispiel Pollen, Tierhaare oder Hausstaub. Der Heuschnupfen gehört zu einer Typ-1-Allergie und wird auch Allergie vom Sofort-Typ genannt. Dabei löst das Allergen über Bindung an Immunglobulin E (IgE) eine rasche Freisetzung von inflammatorischen Botenstoffen vor allem Histamin, Leukotrienen und Prosta-

gen, meist gelblichen Sekret beim Erkältungsschnupfen, ist das Sekret beim Heuschnupfen sehr dünnflüssig und klar. Als Begleitsymptom berichten viele Patienten über Augenjucken, das ebenfalls nicht typisch für den Erkältungsschnupfen ist. Die Symptome treten bei einer Allergie gegen Pollen oder Gräser saisonal im Frühling und Sommer auf. Dennoch gibt es auch den ganzjährigen allergischen Schnupfen, zum Beispiel

Entzündungsgeschehen. Glucocorticoide hemmen die Produktion und Freisetzung verschiedener inflammatorischer Botenstoffe. Topische und systemische Antihistaminika werden bei gering bis mäßig intermittierenden Symptomen verwendet. Bei mäßig bis schwer persistierenden Beschwerden sind nur noch die oralen Darreichungsformen einzusetzen. Als Nasensprays und Augentropfen stehen in der Selbstmedikation

handelt. Für Allergiker mit Beschwerden im Bereich der Augen und Nase, gibt es Kombinationspackungen mit Nasenspray und Augentropfen. Sind Augen, Nase und auch die Atmung von der Allergie betroffen können Präparate mit Ceterizin und Loratadin als apothekenpflichtige systemische Antihistaminika abgegeben werden. Sie wirken an Histaminrezeptoren im ganzen Körper und unterbinden so die Histamineffekte. Erhältlich sind sie in Form von Tabletten, Tropfen und Säften. Ceterizinsäfte sind bereits für Kleinkinder zugelassen. Im Gegensatz zu den Antihistaminika der ersten Generation, zum Beispiel Doxylamin und Diphenhydramin, machen Ceterizin und Loratadin nur wenig oder gar nicht müde. Dennoch sollten sie wegen der Gefahr der eingeschränkten Reaktionsfähigkeit nicht mit Alkohol zusammen und am besten am Abend eingenommen werden.

Topische Glucocorticoide werden bei allen Schweregraden gegen die Rhinitis allergica empfohlen. Sie werden ein- bis zweimal täglich angewendet. Das Abklingen der Entzündungsreaktion mit übermäßiger Sekretbildung dauert einige Tage. Sprays mit Mometason, Betamethason oder Fluticason wirken also nicht sofort nach Applikation, so wie Dekongestiva oder topische Antihistaminika. Darüber sollten die Kunden informiert werden, damit sie nicht enttäuscht die Therapie abbrechen. Mometason ist bereits für Kinder ab drei Jahren zugelassen, Fluticason erst für Erwachsene. Die Sorge vor Atrophien der Nasenschleimhäute ist nicht gerechtfertigt. Unter nasalen Glucocorticoiden stellt sich eine Normalisierung der vorher entzündlich veränderten Schleimhaut ein. Wenn sie in der Selbstmedikation ►

SCHWANGERSCHAFTS-RHINITIS

Viele Frauen bemerken unter den hormonellen Veränderungen in der Schwangerschaft auch Probleme mit ihrer Nase. Während der Schwangerschaft tritt eine verbesserte Durchblutung der Gebärmutter, aber auch der gesamten Schleimhäute auf. Die Erweiterung der Gefäße wirkt sich auch auf die Nasenschleimhaut aus. So beklagen Schwangere besonders im letzten Schwangerschaftsdrittel vermehrt einen Fließ- oder einen Stockschnupfen. Ein ähnlicher Effekt liegt zugrunde, wenn Frauen unter oralen Kontrazeptiva eine Rhinitis entwickeln. Gestagene und Estrogene gaukeln dem Körper in diesem Fall eine Schwangerschaft vor und ähnliche Begleiteffekte sind möglich. Bei verstopfter Nase in der Schwangerschaft können Tropfen und Sprays auf Salzbasis zum Beispiel in Kombination mit Dexpantenol Abhilfe schaffen. Dekongestiva sollten nur bei besonderer Beeinträchtigung und in Kinderdosierungen verwendet werden.

glandinen aus den Mastzellen aus. Binnen einiger Minuten bis zu einigen Stunden zeigt sich die Entzündungsreaktion in Form von Niesen, Jucken, Rötung der Schleimhäute und dünnflüssigem Fließschnupfen. Dieses rasche Einsetzen der Schnupfensymptome ist sehr charakteristisch für die Rhinitis allergica. Während des Beratungsgesprächs sollten PTA und Apotheker diese Leitsymptome klar abfragen. Im Unterschied zum zähen, dickflüssi-

bei Menschen mit einer Hausstaub- oder Tierhaarallergie. Da es oft nicht möglich ist, den Kontakt zu Allergenen komplett auszuschließen, liegt der Schwerpunkt der Beratung in der Apotheke auf Möglichkeiten zur Symptomlinderung. Systemische oder lokal anzuwendende Antihistaminika und Glucocorticoide bessern die durch Histamin ausgelösten Beschwerden. Antihistaminika binden an Histaminrezeptoren und unterbinden das allergische

Azelastin und Levocabastin zur Verfügung. Binnen einer Viertelstunde lindern sie zuverlässig die Schupfen- und Augenbeschwerden. Levocabastin kann bereits ab dem ersten Lebensjahr verwendet werden. Azelastin ist ab sechs Jahren zugelassen. Der bittere Geschmack wird von Kindern teilweise als unangenehm empfunden. Hinweisen sollten PTA auf das Schütteln der Levocabastin-Zubereitung vor der Anwendung, weil es sich um eine Suspension



Praktische und handliche Kalorientabelle IM UNTERWEGS-FORMAT



- ✓ passt in jede Kittel- oder Handtasche
- ✓ mit Kilokalorien, Fett-, Kohlenhydrat- und BE-Angaben
- ✓ mit über 1.800 Lebensmitteln und mehr als 7.000 Nährwertangaben
- ✓ mit vegetarischen und veganen Fleischersatzprodukten

Kalorien mundgerecht für unterwegs

ISBN: 978-3-930007-49-3

nur 5,95 € (D)

16. Auflage 2019, 96 Seiten,
8,5 x 14,9 cm, Softcover, Rückendrahtheftung

Herausgeber: Nestlé Deutschland AG,
Nestlé Ernährungsstudio und
Umschau Zeitschriftenverlag GmbH



Fragen Sie auch nach unseren Konditionen für den **Wiederverkauf** in Ihrer Apotheke!



► abgegeben werden sollen, muss eine Erstdiagnose durch einen Arzt gestellt worden sein. Also sollten PTA und Apotheker dies vor der Abgabe abklären. Die Cromone Cromoglicinsäure und Nedocromil sind Mastzellstabilisatoren und werden heute nur noch bei sehr leichten Beschwerden eingesetzt. Sie sind als Nasensprays und Augentropfen auf dem Markt. Wenn sie empfohlen werden, dann nur mit dem Hinweis, die Präparate schon vor Eintreten der allergischen Beschwerden prophylaktisch mehrmals täglich anzuwenden, um die Mastzellen zu stabilisie-

wieder durchatmen zu können. Da ist ein topisches Antihistaminikum die erste Wahl zur Überbrückung, weil es zielgerichtet und rasch gegen die allergische Ursache wirkt. Als zweite Wahl können Dekongestiva zum Einsatz kommen, allerdings nicht länger als sieben Tage, damit sich keine medikamentöse Rhinitis ausbildet.

Nichtmedikamentöse Maßnahmen Die Ausbildung einer Allergie ist ein multifaktorielles Geschehen aus genetischer Disposition und Umwelteinflüssen. Besteht der Verdacht auf eine

- Lüften bei geringem Pollenflug,
- Waschen der Haare vor dem Schlafengehen,
- Encasing-Überzüge nutzen bei Hausstaubmilbenallergie,
- Staubfänger wie Teppiche oder Gardinen aus dem Haus verbannen.

Komplikation Heuschnupfenbeschwerden werden häufig als Bagatelle abgetan. Das ist insbesondere im Kindesalter falsch. Wird bereits hier die allergische Symptomatik nicht ausreichend behandelt, so droht der Etagenwechsel. Dabei entwickeln die Heuschnupfen-Allergiker ver-

ten tritt bevorzugt in den frühen Morgenstunden auf und geht nicht in einen produktiven Husten über wie bei der Erkältung. So lässt sich eine Erkältung abgrenzen.

Medikamente als Ursache Plötzlich laufende Nase, trockene Nasenschleimhaut und erschwerte Nasenatmung können auch die Nebenwirkung von Arzneimitteln sein. Dieser Schnupfen tritt dann nur im zeitlichen Zusammenhang mit der Medikamenteneinnahme auf. Zu betroffenen Arzneistoffgruppen gehören orale Kontrazeptiva, selten Antihypertonika

Einen Impfstoff gegen Erkältungsschnupfen zu entwickeln ist schwierig, da es so viele verschiedene Erkältungsviren mit zahlreichen Unterarten gibt. Noch dazu verändern sie sich ständig.

ren und so die allergische Reaktion abzuschwächen. Es stellt sich bei der Vielzahl der therapeutischen Möglichkeiten immer auch die Frage, welche Arzneimittel miteinander kombiniert werden können. Bei der alleinigen Symptomatik einer allergischen Rhinitis ohne Beteiligung anderer Organsysteme ist die Monotherapie mit einem nasalen Glucocorticoid der Kombination mit einem zusätzlichen systemischen Antihistaminikum vorzuziehen. Allerdings kann die Kombination mit einem topischen Antihistaminikum sinnvoll sein. Gerade zu Therapiebeginn, wenn das Corticoid noch nicht ausreichend Linderung verschafft, wünscht sich der Patient rasche Hilfe, um

Allergie, sollte ein Allergietest durchgeführt werden. Wer seine Allergene kennt, kann versuchen, sie zu vermeiden. Allergenkarrenz und Desensibilisierung sind die einzigen Therapiemaßnahmen, die an der Ursache ansetzen.

Präventive Maßnahmen gegen allergische Beschwerden wie Heuschnupfen sind:

- Allergenvermeidung – so gut es geht,
- Nasengele oder Nasensprays mit Hyaluronsäure zur Befeuchtung und Abschirmung der eingeatmeten Pollen,
- Beobachtung des Pollenflugs zur Vermeidung des Aufenthaltes im Freien bei besonders hoher Belastung,

stärkt asthmatische Beschwerden, die eine inhalative Behandlung mit Bronchodilatoren und Corticosteroiden erforderlich machen.

Übergangszeit Winter/Frühling Wenn im Januar die ersten Pollen fliegen, aber dennoch viele Menschen unter viralen Erkältungsinfekten leiden, ist die sorgfältige Anamnese im Beratungsgespräch in der Apotheke besonders wichtig. Manchmal überlagern sich sogar die Beschwerden, wenn Erkältung und Pollenallergie gemeinsam zuschlagen. Ein Etagenwechsel kündigt sich dann auch mit einem trockenen Reizhusten an, der den Heuschnupfen begleitet. Asthmatischer Hus-

wie ACE-Hemmer und Beta-blocker, Phosphodiesterase-5-Hemmer wie zum Beispiel Sildenafil oder Acetylsalicylsäure. Wenn unter Neuverordnung eine chronische Rhinitis auftritt, kann ein Präparatewechsel Abhilfe schaffen, dazu muss jedoch der Arzt informiert werden. ■

*Dr. Katja Renner,
Apothekerin*

Mitmachen und punkten!

	A	B	C
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Einsendeschluss ist der **31. Dezember 2019.**

DIE PTA IN DER APOTHEKE
Stichwort: »Schnupfen«
Postfach 57 09
65047 Wiesbaden

Oder klicken Sie sich bei www.diepta.de in die Rubrik Fortbildung. Die Auflösung finden Sie dort im nächsten Monat.

Unleserlich, uneindeutig oder unvollständig ausgefüllte Fragebögen können leider nicht in die Bewertung einfließen, ebenso Einsendungen ohne frankierten/adressierten Rückumschlag.



SCHNUPFEN

In dieser Ausgabe von DIE PTA IN DER APOTHEKE 12/2019 sind zum Thema zehn Fragen zu beantworten. Lesen Sie den Artikel, kreuzen Sie die Buchstaben der richtigen Antworten vom Fragebogen im nebenstehenden Kasten an und schicken Sie diesen Antwortbogen zusammen mit einem adressierten und frankierten Rückumschlag an unten stehende Adresse. Oder Sie klicken sich bei www.diepta.de in die Rubrik Fortbildung und beantworten den Fragebogen online. Wer mindestens acht Fragen richtig beantwortet hat, erhält in der Kategorie 7 (Bearbeitung von Lektionen) einen Fortbildungspunkt. Die Fortbildung ist durch die Bundesapothekerkammer unter BAK/FB/2018/320 akkreditiert und gilt für die Ausgabe 12/2019.

Mit der Teilnahme an der Fortbildung erkläre ich mich einverstanden, dass meine Antworten und Kontaktdaten elektronisch erfasst und gespeichert werden. Der Verlag erhält die Erlaubnis, die Daten zur Auswertung zu nutzen. Der Verlag versichert, dass sämtliche Daten ausschließlich im Rahmen der Fortbildung gespeichert und nicht zu Werbezwecken verwendet werden. Ebenfalls erfolgt keine Weitergabe an Dritte. Mein Einverständnis kann ich jederzeit widerrufen.

Ihr PTA
Fortbildungs-
punkt

Datum

Stempel der Redaktion

Absender

Name

Vorname

Beruf

Straße

PLZ/Ort

Ich versichere, alle Fragen selbstständig und ohne die Hilfe Dritter beantwortet zu haben.

Datum/Unterschrift

Kreuzen Sie bitte jeweils eine richtige Antwort an und übertragen Sie diese in das Lösungsschema.

- 1. Die typischen Symptome im Rahmen einer Rhinitis acuta sind ...**
 - A. ...Jucken der Augen, Kopf- und Gliederschmerzen und Niesen.
 - B. ...Hals-, Kopf-/Gliederschmerzen, Schnupfen und Husten.
 - C. ...dünnere Fließschnupfen und Husten mit stark gelblichem Auswurf.
- 2. Wie wirken Dekongestiva?**
 - A. Abdichtend gegen Krankheitserreger.
 - B. Befeuchtend.
 - C. Abschwellend.
- 3. Welche Anwendungsbeschränkungen gibt es für Dekongestiva?**
 - A. Die Anwendung sollte nicht länger als 30 Tage erfolgen.
 - B. Die Anwendung bei Schwangeren sollte nach sorgfältiger Risiko-Nutzen-Abwägung mit Nasensprays für Säuglinge oder Kleinkinder erfolgen.
 - C. Die Anwendung sollte nicht öfter als fünfmal pro Tag stattfinden.
- 4. Die typischen Symptome im Rahmen einer Rhinitis allergica sind:**
 - A. Hals-, Kopf-/Gliederschmerzen, Schnupfen und Husten.
 - B. Halsjucken, Abgeschlagenheit, Fließschnupfen.
 - C. dünner Fließschnupfen, starke Halsschmerzen mit Rötung des Rachens.
- 5. Bei leichtem Heuschnupfen wird in erster Linie mit ...**
 - A. ...Dekongestiva behandelt.
 - B. ...Nasensprays mit Meerwasser und Dexpanthenol die Symptomatik gelindert.
 - C. ...Azelastin und Levocabastin therapiert.
- 6. Welche systemischen Antihistaminika sind die erste Wahl für die Beratung in der Selbstmedikation?**
 - A. Loratadin und Cetirizin.
 - B. Mometason und Cetirizin.
 - C. Azelastin und Loratadin.
- 7. Wann wird die Diagnose Rhinosinusitis gestellt?**
 - A. Wenn die Symptome Schnupfen, Atemnot, Husten und Halsschmerzen bestehen.
 - B. Wenn mindestens zwei der folgenden Symptome vorliegen: verstopfte Nase oder verfärbtes Sekret, sowie stirnseitige Schmerzen/ Kopfschmerzen und/oder Riechstörungen.
 - C. Wenn eines der folgenden Symptome vorliegt: verfärbtes Sekret, stirnseitige Kopfschmerzen, Riechstörungen.
- 8. Welche Aussage zur Antibiotikaverwendung bei Rhinitis ist richtig?**
 - A. Antibiotika werden eingesetzt, wenn die Schnupfenbeschwerden länger als fünf Tage andauern.
 - B. Antibiotika, wie Ciprofloxacin und Cefuroxim sind Mittel der Wahl bei Rhinosinusitis, die länger als sieben Tage dauert.
 - C. Antibiotika, wie zum Beispiel Amoxicillin werden eingesetzt, wenn eine bakterielle Sekundärinfektion bei der Rhinosinusitis vorliegt.
- 9. Welche Aussage ist richtig?**
 - A. Hyaluronsäure darf in Schwangerschaft und Stillzeit nicht eingesetzt werden.
 - B. Dexpanthenol wirkt wundheilungsfördernd und zusätzlich leicht abschwellend.
 - C. Ectoin und Meersalzlösung wirken leicht abschwellend und befeuchtend.
- 10. Welche Aussage ist richtig?**
 - A. Phosphodiesterase-5-Hemmer können durch eine Gefäßerweiterung als Nebenwirkung Schnupfensymptome hervorrufen.
 - B. Dexpanthenol kann bei längerfristiger Anwendung zur Gewöhnung führen.
 - C. Von der Kombination topischer Antihistaminika und topischer Glucocorticoide ist auf jeden Fall abzuraten.

plus
SAPONIN

HYALURON*plus*

2-FACH-WIRKUNG GEGEN FALTEN



Empfehlen Sie Ihren Kundinnen HYALURON-FILLER: Die hochwirksame HYALURON*plus*-Formel mit Saponin füllt selbst tiefe Falten von innen auf und wirkt zweifach – für ein jüngeres Aussehen.

- **Lang- und kurzkettige Hyaluronsäure** bindet Feuchtigkeit und mindert Falten sichtbar
- **Saponin** stimuliert zusätzlich die hauteigene Hyaluron-Produktion um bis zu 256%*

*In-vitro-Test.

Weitere Informationen und Praxistipps für Ihre Beratung auf www.side-by-side.de

+256%*

HAUTEIGENE
HYALURON-PRODUKTION

Eucerin® DERMATOLOGISCHES WISSEN FÜR IHRE HAUT