

Hatschi!

Influenza, grippaler Infekt oder gar **COVID-19**? Es ist gar nicht so einfach, die verschiedenen Atemwegserkrankungen zu unterscheiden - vor allem für den Kunden, der in der Apotheke Hilfe sucht. Gut, wenn man sich auskennt.



Der letzte Winter, er verlief, was Erkältungskrankheiten anging, recht mild. Was sonst an „Schnelldreher“ herausging – Nasenspray und Schleimlöser beispielsweise –, blieb erstmal in den Regalen stehen. Das lag zum großen Teil an den allgemeinen AHA-Regeln, die die Menschen flächendeckend weitestgehend einhielten: Alltagsmaske tragen – Hände waschen – Abstand halten. Das machte es den Erkältungsviren schwer, sich zu verbreiten. Auch die alljährliche Grippewelle (Influenza) blieb beinahe ganz aus: mit 564 bestätigten Fällen in der Saison 2020/21 blieb sie weit hinter den knapp 190 000 Grippekranken des Vorjahres. Die verschwindend geringen Zahlen waren weltweit eine der wenigen positiven Nebenwirkungen der Corona-Pandemie. Normalerweise sterben an der potenziell durchaus tödlich endenden Grippe allein in Deutschland jährlich mehrere hundert bis hin zu über 20 000 Menschen 2017/2018.

Verursacht von Viren Doch was unterscheidet eigentlich die gemeine Erkältung – auch grippaler Infekt genannt – von der Influenza? Zunächst einmal sind es die Erreger. Erkältungen können durch über 200 verschiedene Viren ausgelöst werden: Adeno-

viren, Coxsackieviren, Rhinoviren, Respiratorische-Synzytial-Viren (RSV), Parainfluenzaviren oder Enteroviren sind nur einige davon. Bei der Grippe hingegen sind es genau drei Familien: Influenza A (häufig), B (seltener) und C (sehr selten). Der häufigste, wandelbarste und aggressivste Virusstamm ist der vom Typ A. Er ist auf der ganzen Welt verbreitet und ändert ständig seine Beschaffenheit. Das macht es schwer, ihm vorzubeugen.

Die Unterschiede Richtig gut unterscheiden kann man beide Infektionen, wenn man ihren Anfang betrachtet: Während der grippale Infekt sich, zeitlich gesehen, heranschleicht und in typischer Reihenfolge verläuft – man fühlt sich schlapp, der Hals kratzt, die Nase schwillt zu und die Körpertemperatur steigt ganz langsam –, kommt die Grippe schlagartig. Ein Drittel der Betroffenen klagt über ausgeprägte Symptome wie Glieder- und Kopfschmerzen und starke Abgeschlagenheit. Sie fühlen sich sehr rasch sehr krank – und möchten nur noch ins Bett. Hinzu kommt plötzliches Fieber bis 41 Grad. Frösteln und Schweißausbrüche wechseln sich ab. Die Patienten haben starke Halsschmerzen, Schnupfen aber eher selten. (Übrigens: Bei Senioren kann eine Grippeinfektion auch anders ablaufen: Mit einem schleppenden Krankheitsbeginn und ohne Fieber. Stattdessen kann akute Verwirrtheit auftreten.) Das ist anders beim grippalen Infekt. Da läuft die Nase gleich zu Beginn, denn der Körper versucht die in den Nasenschleimhäuten steckenden Viren loszuwerden und initiiert eine Entzündungsreaktion. Gewiss, ein grippaler Infekt kann lästig sein und man kann sich durchaus ziemlich krank fühlen. Und doch ist er mit einer Influenza nicht zu vergleichen – die kann einen bei schweren Verläufen wochenlang mit ihren Folgeschäden begleiten. Die Menschen fühlen sich dann noch lange schlapp und kränklich, bei alten Menschen dauert eine Grippe zudem länger als

Grippe oder doch Corona?

Eine Grippe muss einen Menschen nicht immer gleich mit hohem Fieber niederstrecken – vor allem bei leichteren Verläufen ist sie dann kaum von einem SARS-CoV-2-Ausbruch zu unterscheiden: typisch sind erhöhte Temperatur, Kopf- und Gliederschmerzen sowie Husten. Doch bei schwereren Fällen sind da durchaus Unterschiede zu erkennen. Die Influenzaviren befallen im Gegensatz zu COVID-19 nur die Atemwege. Dabei kann es zu einer Lungenentzündung kommen, vor allem, wenn eine bakterielle Superinfektion zugeschlagen hat. SARS-CoV-2 hingegen kann sich in vielen Organen des Körpers ausbreiten. Schwer Betroffene leiden daher neben den grippeähnlichen Symptomen häufig an Darmbeschwerden oder entwickeln eine Herzmuskelentzündung. Auch das Nervensystem kann betroffen sein. So verlieren Erkrankte häufig den Geschmack- und Geruchssinn, auch über längere Zeit oder dauerhaft.

bei jungen und ist mit einem erhöhten Risiko für lebensbedrohliche Komplikationen verbunden, insbesondere sekundäre Pneumonien. Auch chronisch Kranke jeden Alters sind bedroht.

Die Impfung Ein weiterer Unterschied zwischen Grippe und grippalem Infekt: Gegen die Influenza kann man impfen. Gegen die Erkältung nicht. Zwar erkrankt nur etwa ein Drittel der Grippekranken an den oben beschriebenen heftigen Symptomen, doch alle zusammen können den Erreger ab dem ersten Tag weitergeben. Um einen Impfstoff zu finden, machen sich unter anderem die Experten des Robert Koch-Instituts auf die Suche: Bereits im Frühjahr vor der jeweiligen Wintersaison tragen sie alle Informationen und ►

Händewaschen, aber richtig

- + die Hände unter fließendem Wasser anfeuchten
- + die Handflächen gründlich einseifen – also Handinnenflächen, Handrücken, Daumen- und Fingerspitzen, Fingerzwischenräume und Nägel
- + gründliches Einschäumen der Hände für mindestens 20 bis 30 Sekunden
- + die Hände unter fließendem Wasser abwaschen
- + die Hände mit einem sauberen Tuch abtrocknen, zuhause mit einem eigenen Handtuch, unterwegs möglichst mit einem Einmalhandtuch



PTA- PLUS



Artikel, Interviews, Reportagen und vieles mehr exklusiv auf www.diepta.de

In unserer neuen Rubrik **PTA Plus**, zugänglich für alle PTA, ganz ohne Login, finden Sie neben interessanten Artikeln auch spannende Interviews, Reportagen und Videos. Schauen Sie doch mal vorbei

Informationen unter
www.diepta.de/pta-plus

PTA 
Die PTA in der Apotheke



Für Menschen ab 60 Jahren empfiehlt die STIKO einen Hochdosis-Impfstoff. Und: Das Grippe-Vakzin und die SARS-CoV-2-Impfung können zeitgleich, aber in unterschiedliche Arme, gegeben werden.

► Hinweise zusammen, die auf den derzeit grassierenden Virustyp hinweisen. Danach wird dann der passende Impfstoff entwickelt, sodass er für die zu erwartende Herbst- und Winterwelle parat steht. Für wen eine Grippeimpfung besonders zu empfehlen ist, dafür gibt es klare Empfehlungen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. In diesem Jahr wird besonders auf die Möglichkeit einer Impfung hingewiesen, denn niemand will eine gleichzeitige Welle schwerer Verläufe von Covid-19 und Influenza. Beide Vakzine können übrigens ohne Probleme zeitgleich an einem Termin verimpft werden.

Übrigens: Gegen die Grippe gibt es auch verschreibungspflichtige Medikamente, die die Viruslast senken können. Ärzte setzen sie vor allem

dann ein, wenn ein schwerer Verlauf droht. Doch Achtung, hier muss die Diagnose innerhalb von spätestens 48 Stunden stehen.

Vorbeugung und Vermeidung

Viele Flächen in unserem Alltag sind voller Viren – zum Beispiel Türgriffe und Treppengeländer, Telefone oder die Tastatur von Geldautomaten. Regelmäßiges, gründliches Händewaschen ist daher eine der effektivsten Maßnahmen, um eine Infektion zu verhindern. Das sollte mehrmals täglich erfolgen, mindestens jedoch nach dem Nachhausekommen und dem Besuch der Toilette. Wichtig ist auch, Nase und Augen nicht mit ungewaschenen Händen zu berühren – denn dies sind die Haupteintrittspforten für Grippe- und Erkältungsviren.

Zink Auch Zinkmangelzustände erhöhen die Gefahr von Virusinfektionen. Deshalb kann in Zeiten grippaler Infektionen eine Zink-Supplementation hilfreich sein. Die regelmäßige Einnahme von hochdosiertem Zink – also mehr als 75 mg am Tag – senkt offenbar die Inzidenz von Erkältungskrankheiten. Aus Sicherheitsgründen sollte die Einnahme von Zinktabletten allerdings nur über einen beschränkten Zeitraum von einigen Wochen erfolgen, ansonsten könnten Wechselwirkungen etwa mit dem Eisen-Stoffwechsel auftreten. Nicht belegt ist hingegen die prophylaktische Wirkung von Ascorbinsäure.

Sprays und Säfte Auch Erkältungs- oder Abwehrsprays sollen vor einer Infektion mit Erkältungsviren

schützen. Dabei wird eine Flüssigkeit in die Nase oder den Rachen gesprüht, die sich wie ein schützender Film auf die Schleimhaut legt und ein Anhaften der Viren verhindern soll beziehungsweise ihre Vermehrung. Verwendet werden hauptsächlich Carrageen[®] aus Rotalgen, Hypromellose sowie Glycerin, kombiniert mit der Peptidase Trypsin. Die Sprays können angewendet werden, wenn die Gefahr einer Ansteckung besteht – spätestens aber nach den ersten Erkältungszeichen. Auch pflanzliche Immunstimulantien sollten zu diesem Zeitpunkt eingenommen werden. Sie wirken unspezifisch auf die zellvermittelte Abwehr im Anfangsstadium der Infektion, also auf Makrophagen, Granulozyten und Leukozyten. Der bekannteste Vertreter dieser Stimulation ist wohl der rote Sonnenhut (Echinacea purpurea). Verwendet werden Presssäfte, frisch oder getrocknet mit einem Droge-Extrakt-Verhältnis von 1,5-2,5:1. Auch dem blassfarbenen Sonnenhut (Echinacea pallida) wird eine immunstimulierende Wirkung nachgesagt. Am besten ist die Wirksamkeit bei Anwendung zu Beginn eines grippalen Infektes belegt. Hier kann dessen Dauer mit einer Art Stoßtherapie um ein bis zwei Tage verkürzt werden. Ob sich jedoch durch eine langdauernde Einnahme eine Erkältung verhindern lässt, darüber gehen die Meinungen auseinander. Keine Positiv-Monographien gibt es zur Kombination aus Lebensbaumtriebsspitzen (Thuja occidentalis) und der Wurzel des Wilden Indigo (Baptisia tinctoria), sie sind aber in klinisch geprüften Kombinationspräparaten enthalten. Für die Kombination aus Echinacea, Baptisia und Thuja konnte in

Doppelblindstudien eine Wirksamkeit nachgewiesen werden.

Beta-Glucan Seit einigen Jahren wird auch ein Beta-Glucan (Beta-1,3/1,6-Glucan) als Immunstimulans in der Apotheke angeboten. Es handelt sich dabei um ein hochmolekulares Polysaccharid, das in den Zellwänden von Bakterien, Pilzen und Pflanzen vorkommt. Als Nahrungsergänzungsmittel wird vor allem Beta-Glucan aus der Bäckerhefe eingesetzt. Es soll an bestimmte Immunzellen binden und eine Signalkaskade auslösen, die zu einer Aktivierung der Immunabwehr führt.

Badezusätze Und dann ist da noch das gute alte Erkältungsbad, dessen Wirksamkeit und Auswirkung auf die Krankheitsdauer umstritten – aber unbestritten wohltuend ist. Bei einem solchen Bad sind sowohl die Inhalation der aufsteigenden ätherischen Öle als auch die Reizung der Haut von Bedeutung. Die Badetemperatur sollte anfangs etwa 35 bis 36 Grad Celsius (° C) betragen und durch Zulauf heißen Wassers auf 38 bis 40° C gesteigert werden. Die empfohlene Badedauer beträgt dabei 10 bis 20 Minuten. Anschließend empfiehlt es sich, mindestens eine halbe Stunde warm eingewickelt zu ruhen. Abzuraten ist allerdings von einem solchen Erkältungsbad bei Hypertonie, Herzinsuffizienz, Fieber (!), Hautverletzungen und -erkrankungen sowie bei einer Überempfindlichkeit der Atemwege (Asthma bronchiale). Die sukzessive Erhöhung der Wassertemperatur sollte bei Kindern nicht durchgeführt werden. Für sie werden in der Apotheke zudem spezielle Erkältungsbäder ohne Menthol und Kampfer angeboten.

Fieber Noch ein Wort zum Fieber, das sowohl bei der ▶

Eine Blasenentzündung passiert. Aqualibra[®] wirkt.



Placebo-kontrollierte Studie zeigt:
84,7% der Patientinnen konnten dank
Aqualibra[®] ein **Antibiotikum vermeiden**.*

- ✓ **Zugelassenes Arzneimittel.**
Klinisch belegte Wirksamkeit + Sicherheit.
- ✓ **Breites Wirkspektrum in einem Produkt.**
Erregerbekämpfung
+ Symptomlinderung
+ Durchspülung
- ✓ **Enthält hochwertige Pflanzenextrakte aus Goldrutenkraut, Orthosiphonblättern und Hauhechelwurzel.**
Extraktionsverfahren sichert hohe Konzentration der wirksamen Pflanzenstoffe.
- ✓ **Anwendungsdauer ist grundsätzlich nicht begrenzt.**

Die starke Pflanzen-Kombination.

* Ärztliche Entscheidung anhand des Urinbefundes während siebentägiger Therapie. Ergebnis einer randomisierten, placebo-kontrollierten Doppelblindstudie: Vahlensieck et al. Antibiotics 2019; 8(4):256.

Aqualibra[®] 80 mg/90 mg/180 mg Filmtabletten. 1 Filmtab. enth.: 80 mg Trockenextr. aus Hauhechelwurzel (5–8:1), Auszugsm. Wasser; 90 mg Trockenextr. aus Orthosiphonblättern (5–7:1), Auszugsm. Wasser; 180 mg Trockenextr. aus Goldrutenkraut (4–7:1), Auszugsm. Wasser. **Sonst. Best.-teile:** Povidon K 30, Crospovidon, hochdisperses Siliciumdioxid, mikrokristalline Cellulose, Magnesiumstearat, Talkum, Macrogol 3000, Poly(vinylalkohol), Lactose-Monohydrat, sprühgetr. Glucose-Sirup (Ph. Eur.), Maltodextrin, Titandioxid, Chlorophyll-Kupfer-Komplex. **Anw.-geb.:** Für Jugendl. ab 12 J. u. Erw. Zur Durchspül. b. bakt. und entzündl. Erkr. d. abl. Harnwege. Als Durchspül. zur Vorbeug. u. Beh. b. Harnsteinen und Nierengrieß. Bei Blut im Urin, Fieber o. b. Anh. d. Beschw. über 5 Tage muss ein Arzt aufgesucht werden. **Gg.-anz.:** Überempfindlk. gg. d. Wirkst. o. einen der sonst. Best.-teile. Wasseransamml. im Gewebe (Ödeme) inf. eingeschr. Herz- o. Nierentät. **NW:** Sehr selt. Magen-Darm-Beschw. (Übelk., Erbr., Durchf.), Überempfindlk.-reakt. (Hautausschlag, Juckreiz), Enth. Lactose u. Glucose. MEDICE Arzneimittel Iserlohn, 03/2019.

MEDICE
HEILEN MIT HERZ & VERSTAND

► Grippe als auch beim grippalen Infekt auftreten kann. Fieber ist normalerweise ein natürlicher Abwehrmechanismus des Körpers zur Bekämpfung von Krankheitserregern. Es sollte daher nicht unter allen Umständen gesenkt werden. Erst bei Körpertemperaturen über 38 Grad sind fiebersenkende Präparate angezeigt: Acetylsalicylsäure, Paracetamol und Ibuprofen sind hier Mittel der Wahl. Ihre Wirkweise beruht auf der Hemmung der Synthese der Prostaglandine, die wesentlich an der Entstehung von Schmerz und Fieber beteiligt sind. Für Kinder sind nur Paracetamol und Ibuprofen angezeigt; die maximalen Tagesdosen hängen vom Körpergewicht ab. Ein anderes wirksames Hausmittel zur nichtmedikamentösen Fiebersenkung sind Wadenwickel. Dabei entzieht das aus dem Wickel verdunstende Wasser dem Körper Wärme. Und so wird's gemacht: Zwei Innentücher mit handwarmem, nicht mit kaltem Wasser gut anfeuchten und auswringen. Dann faltenfrei um beide Unterschenkel legen, die Gelenke dabei freilassen. Den Kranken mit einer leichten Bettdecke zudecken und den Wickel nach 10 bis 20 Minuten wieder entfernen. Dabei

Die Grippeimpfung

Die ständige Impfkommission (STIKO) am Paul-Ehrlich-Institut empfiehlt die jährliche Grippeimpfung für alle, die einem erhöhtem Risiko ausgesetzt sind, besonders schwer daran zu erkranken. Hierzu gehören:

- + Menschen, die 60 Jahre und älter sind
- + gesunde Schwangere ab dem vierten Schwangerschaftsmonat sowie Schwangere mit chronischen Grunderkrankungen wie Asthma, Diabetes oder Bluthochdruck bereits vor dem vierten Monat
- + chronisch Kranke jeden Alters
- + Bewohner von Alten- und Pflegeheimen

Quelle: BZgA

gilt: Je höher das Fieber, desto kürzer die Auflagezeit! Nach einer Pause von 20 Minuten erneut Wickel anlegen. Meist werden drei Durchgänge gemacht. Als Innentuch für den Wickel eignen sich sehr gut Geschirrtücher, als Außentuch Handtücher. Kontraindiziert sind Wadenwickel bei ansteigendem Fieber oder bei Schüttelfrost – ebenso, wenn Waden oder Füße des Patienten trotz Fieber kalt sind.

Schnupfen Geschwollene Nasenschleimhäute sind, auch und gerade im subjektiven Empfinden, mehr als lästig. Der Schnupfen kann deshalb lokal für eine gewisse Zeit mit Nasensprays oder -tropfen behandelt werden. Dafür eignen sich Alpha-Sympathomimetika wie Oxymetazolin und Xylometazolin, die durch ihre abschwellende Wirkung eine bessere Nasenatmung ermöglichen, auch nachts. Sie sollten nicht länger als sieben Tage in Folge eingenommen werden, denn sonst kann es zu einem Rebound-Effekt kommen. Durch längere Anwendung kommt

es außerdem zu einem Gewöhnungseffekt, der Suchtpotential in sich trägt: Der Betroffene glaubt dann ohne Nasenspray schier zu ersticken. Diese Probleme hat man mit pflanzlichen Sekretolytika oder mit salzhaltigen Nasensprays und Spülungen nicht. Sie erleichtern das Abfließen des Schleims aus den Atemwegen und können dazu beitragen, Entzündungen vorzubeugen.

Husten Stand früher die Frage nach verschleimtem oder trockenem Husten am Beginn der Beratung, lautet die Einstiegsfrage nun, wie lange der Husten denn bereits andauert. Führt man sich den typischen Verlauf von Husten im Rahmen einer Erkältung vor Augen, ist diese neue Vorgehensweise verständlich. Denn der Husten verändert sich. Während er in den ersten Tagen einer Erkältung trocken ist, entwickelt sich im weiteren Verlauf zunehmend zäher Bronchialschleim. Aus den anfänglichen Reizhusten wird nun ein „produktiver“ Husten. Nach einer Woche klingen die Hustensymptome in der Regel ab, die Schleimhäute in den Atemwegen sind in dieser Phase jedoch noch gereizt und empfindlich, es kommt deshalb oftmals erneut zu einem trockenen und teils schmerzhaften Husten. Häufig können die Kunden aber selbst gar nicht unterscheiden, ob der Schleim fest sitzt oder der Husten trocken ist. Zu Beginn und am Ende der Erkältung steht daher die Linderung des Hustenreizes im Vordergrund. Dazu eignen sich Präparate mit Dextromethorphan und Pentoxiverin oder aber Phytopharmaka mit Eibischwurzel. Sobald der Husten aber produktiv und schleimig wird, sollten diese Präparate nur noch zur besseren Nachtruhe eingenommen werden. Dafür setzt man tagsüber jetzt auf das schleimlösende Ambroxol und Acetylcystein oder auf Pflanzen wie Thymian und Efeu.

Halsschmerzen Als lindernd empfinden Kunden mit grippalem Infekt bei Halsschmerzen auch Lutschpastillen und -tabletten. Diese wer-

Symptomatik Grippe vs grippaler Infekt

- + **Grippe:** Sie beginnt plötzlich mit hohem Fieber und starken Kopf- und Muskelschmerzen, später kommt häufig ein trockener Reizhusten dazu. Sie wird ausschließlich durch Influenza-Viren ausgelöst. Dauert in der Regel 5 bis 7 Tage, begleitet von einem starken Krankheitsgefühl.
- + **Grippaler Infekt („Erkältung“):** Der Allgemeinzustand verschlechtert sich allmählich. Moderate Temperaturerhöhung sowie leichte bis mäßig starke Muskel-, Kopf- und Halsschmerzen. Sehr häufig Schnupfen. Wird durch eine Vielzahl an Viren ausgelöst. Innerhalb einer Woche deutliche Verbesserung der Symptome.

den unterschieden in Lokalanästhetika und Desinfizienten. Schmerzen kann man dann mit Benzocain, Lidocain oder Ambroxol lindern. Daneben werden desinfizierende Wirkstoffe wie Cetylpyridiniumchlorid, Cetrimoniumbromid und Benzalkoniumchlorid eingesetzt, die aber gegen Bakterien wirken (ebenso das Lokalanästhetikum Tyrothricin). Flurbiprofen wirkt entzündungshemmend und schmerzlindernd, Auch Lösungen mit den desinfizierenden Wirkstoffen Hexetidin oder Chlorhexidin können angewendet werden. Alternativ stehen pflanzliche Präparate mit Kamille oder Salbei zur Verfügung.

Kombinationsarzneimittel Die Kombination aus einem Antipyretikum und einem Analgetikum mit einem Alpha-Sympathomimetikum (nicht bei Hypertonie, Hyperthyreose oder schweren Herzkrankheiten!) sind manchmal sinnvoll, vor allem bei leichteren Erkältungen und wenn der Patient beispielsweise beruflichen oder familiären Verpflichtungen nachkommen muss. Vor allem die Darreichungsformen, die ohne Wasser eingenommen werden können, werden oftmals als Vorteil

Atemschutzmasken und OP-Masken

Experten halten auch das ständige Tragen von Atemschutzmasken im Zuge der Corona-Pandemie für einen Grund, warum die Grippewelle in dieser Saison praktisch ausfiel. Denn sie helfen effektiv, die Verbreitung von Krankheitserregern, die über Aerosole übertragen werden, einzudämmen, indem sie als mechanische Barriere fungieren. Neben medizinischen Schutzmasken können auch selbst genähte Mund-Nasen-Bedeckungen verwendet werden. Für deren Wirksamkeit ist es dann entscheidend, dass die Maske eng anliegt und bei Durchfeuchtung gewechselt wird. Regelrechte Atemschutzmasken (ab FFP1 bis -3) sollen Gesunde im Umgang mit Erkrankten vor einer Virusinfektion schützen. Auch hier ist es für den Schutzeffekt entscheidend, dass die Maske dicht am Gesicht anliegt. Das kann allerdings den Atemwiderstand leicht erhöhen. Teilweise verfügen die FFP-Masken deshalb über ein Ausatemventil.

angesehen, da sie einfach praktisch in der Anwendung sind. Es gibt auch Präparate, die ein Analgetikum mit Coffein als Wirkverstärker kombinieren. In manchen Fällen mag es auch zweckmäßig sein, gleichzeitig den Hustenreiz zu unterdrücken, vor allem nachts. Denn ausreichend Schlaf ist wichtig für die Gesundheit des Körpers.

Fazit Kommt also ein Kunde in die Apotheke mit den Worten „Ich

glaub', ich hab die Grippe“, lohnt es sich, nachzufragen, denn die verschiedenen Erkrankungen werden von Laien oft verwechselt. Fest steht: Die AHA-Regeln schützen im Winter auch vor Influenza und/oder Erkältungs-Infektionen. Wer starke Erkältungssymptome spürt, der sollte sich nicht zur Arbeit schleppen, sondern zuhause bleiben. ■

Alexandra Regner,
PTA und Medizinjournalistin

Anzeige



Kathrin, 36 Jahre, aus Stuttgart

„Trotz Doppelbelastungen
fühle ich mich weniger gestresst!“

Sedariston® Konzentrat hilft bei:

- Unruhe und Nervosität
- Einschlafschwierigkeiten
- leichten depressiven Störungen

Mehr Infos auf: www.sedariston.de



bei Belastungssituationen

Sedariston® Konzentrat Hartkapseln (Ap) Wirkstoffe: Trockenextrakte aus Johanniskraut und Baldrianwurzel **Zus.:** 1 Kps. enth.: Trockenextrakte aus: Johanniskraut (5-7:1) 100 mg, Baldrianwurzel (4-7:1) 50 mg, Auszugsmittel: Ethanol 60% (m/m). Sonstige Bestandteile: Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat (Ph. Eur.), pflanzlich, Maltodextrin, hochdisperses Siliciumdioxid; Gelatine, Natriumdodecylsulfat, Gereinigtes Wasser, Farbstoffe Chinolingelb E 104, Indigocarmin E 132, Titandioxid E 171, Eisen(III)-hydroxid-oxid E 172 (Hartkapselhülle). **Anw.:** Zur Anw. b. Kdr. ab 6 J. u. Erwachs.: Zur unterstützenden Behandlung von leichten vorübergehenden depressiven Störungen mit nervöser Unruhe und nervös bedingten Einschlafstörungen. **Gegenanz.:** Überempfindlichk. geg. Wirkstoff od. ei. od. ein. d. sonst. Best., gleichzeitig. Einn. v. Immunsuppressiva (Ciclosporin, Tacrolimus z. innerl. Anwend., Sirolimus), Anti-HIV-Arzneim., Proteinase-Inhibit. wie Indinavir, Non-Nucleosid-Reverse-Transcriptase-Inhibitor, wie Nevirapin Zytostatika wie Imatinib, Irinotecan (Ausnahm. monoklonal. Antikörpern), Antikoagulantien wie Phenprocoumon, Warfarin, Midazolam, bek. Lichtüberempfindlichkeit der Haut, **Schwangerschaft/Stillzeit:** Keine Anw. wegen nicht ausreichend. Untersuchungen. **Nebenwirk.:** Insbes. b. Hellhäutigen d. erhöhte Empfindlichkeit der Haut gegen. UV-Licht (Photosensibilisierung) sonnenbrandähnliche Reakt. d. Hautpartien, d. starker Bestrahlung (Sonne, Solarium) ausgesetzt sind, möglich; allergische Exantheme, gastrointestinale Beschwerden, Müdigkeit od. Unruhe können vermehrt auftreten; Photosensibilisierung mögl. Währ. der Behandl. intensive UV-Bestrahl. vermeiden. Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. (Stand März 2021). **Aristo Pharma GmbH, Wallenroder Straße 8-10, 13435 Berlin.**

ARISTO