

Zielgruppe Senioren

Alte Menschen leiden häufig unter mehreren Erkrankungen, nehmen eine Vielzahl an Medikamenten ein und benötigen zum **Erhalt der Gesundheit** Unterstützung. Hier kann die Vor-Ort-Apotheke Hilfe leisten.



Alterwerden ist nichts für Feiglinge – so wird die Hollywoodlegende Mae West immer noch gerne von ältere Menschen mit Erkrankungen und all ihren gesundheitlichen Einschränkungen zitiert. Was steckt dahinter? Normale Altersprozesse betreffen die Wahrnehmung, Kognition, die Motorik und die Mobilität. Alles geht langsamer. Dazu kommen mehr und mehr organische Erkrankungen, die die Lebensqualität einschränken. Bis zu 75 Prozent der Alten leiden zum Beispiel unter chronischen Schmerzen. Die Therapie all dieser Erkrankungen bietet Chancen der Besserung, aber auch Risiken, weil es im Rahmen von Polymedikation vermehrt zu Interaktionen und Nebenwirkungen kommen kann. Um trotzdem so lange wie

möglich selbstbestimmt und selbstständig zu leben, brauchen alte Menschen Hilfe von Ärzten, Apothekemitarbeitern und Pflegekräften.

Seniorengerechte Apotheke

Wie können wir neue Wege beschreiben, um die eigene Apotheke auf die Zielgruppe der Senioren auszurichten? Viel hängt von der Kundenstruktur, der Lage der Apotheke und der Arztstruktur im direkten Umfeld ab. Diese Analyse muss als erstes gemacht werden. Apotheken, die in der Nähe von Hausarztpraxen und Wohngebieten lokalisiert sind, wo viele ältere Menschen leben, eignen sich dafür. Generell wird die Zahl der Personen über 65 Jahren, die zurzeit in Deutschland bei über 18 Millionen liegt, weiter steigen. Doch wie kann eine seniorengerechte Apo-

theke aussehen, was sind sinnvolle und attraktive Angebote? Wie erreicht man Kundenbindung? Zunächst einmal sollte sich die Apotheke an den Bedürfnissen der älteren Menschen orientieren. Hier ist einerseits auf die Erreichbarkeit und den barrierefreien Zugang zu achten sowie auch Serviceangebote in Sachen Botendienst und Hausbesuch bereitzustellen. Als zweites sollten die Waren im Bereich der Freiwahl interessant für Senioren sein. Last but not least sollte das Kerngeschäft, die Beratung rund um die Abgabe von Arzneimitteln in der Selbstmedikation und auf Rezept, altersgemäß und kompetent stattfinden. Hier sind besonders Maßnahmen im Fokus, die die Arzneimitteltherapiesicherheit verbessern.

Mit den Augen der Älteren sehen

Wer seine Apotheke auf Senioren ausrichten möchte, sollte sie einmal durch den Haupteingang betreten und sich in die Lage eines alten Menschen mit Rollator und eingeschränkter Sehfähigkeit versetzen. Eine sich elektrisch öffnende Eingangstür – mit ebenerdigen Zugang oder zumindest barrierefrei ohne Treppen – ist notwendig. Die Offizin selbst sollte ausreichend geräumig sein mit Sitzgelegenheiten, um sich kurz auszuruhen oder zu warten, bis alle Medikamente zusammengestellt sind. Zu einer seniorengerechten Apotheke gehört auch, dass die Preisetiketten auf den Medikamenten und Produkten der Freiwahl gut zu lesen sind. Die Waren sollten übersichtlich platziert werden und gut erreichbar sein. Hier kann auch ein extra Bereich geschaffen werden, der besonders auf seniorengerechte Produkte ausgerichtet ist. Interessant sind zum Beispiel Hilfsmittel, die den Alltag von Senioren erleichtern, Nahrungsergänzungsmittel, bilanzierte Trinknahrung, Pflegeprodukte für die ältere Haut und Inkontinenzvorlagen. Ein ausreichend großer Beratungsraum mit Sitzgelegenheit, guter Beleuchtung und einem Schreibtisch, an dem Apotheker oder PTA sitzen und Medikamente oder ►

Qualitätsmerkmale für die „Seniorengerechte Apotheke“ (BAGSO)

Die Basis dafür ist eine umfassende Befragung von 350 älteren Menschen zur „idealen Apotheke“ aus deren Sicht. Die fachkompetente Beratung steht dabei an erster Stelle. Insgesamt zeichnet sich eine von der BAGSO empfohlene Apotheke durch Pluspunkte in fünf Bereichen aus:

- 1. Umfassende Beratung** Als Folge der Gesundheitsreform führt der erste Weg der Kundinnen und Kunden oftmals nicht mehr in die Arztpraxis, sondern zur Apotheke.
- 2. Barrierefreiheit und Ausstattung** Der Zugang sollte ohne Schwellen und Stufen sein, ideal ist eine automatische Tür. Falls dies nicht möglich ist, muss zumindest eine auch für Rollstuhlfahrer erreichbare Klingel vorhanden sein. Weiterhin erwarten ältere Menschen einen diskreten Beratungsbereich, ausreichende Bewegungsfreiheit auch zwischen den Regalen, gut lesbare Preisschilder und Sitzgelegenheiten.
- 3. Weiterführende Informationen** über vorbeugendes Gesundheitsverhalten, Krankheitsbilder und Behandlungsmöglichkeiten sowie über Selbsthilfegruppen und Veranstaltungen sollte übermittelt werden.
- 4. Besonderer Service** Mit ausdrücklicher Zustimmung des Kunden prüft die Apotheke die Medikation und gibt Auskunft über die bisher geleisteten Zuzahlungen. Schnelle Organisation von Medikamenten und Lieferung nach Hause gehören ebenso zum Service wie Blutdruck-, Blutzucker- und Gewichtsmessungen.
- 5. Mitarbeiterqualifikation und Qualitätsmanagement.** Systematische Mitarbeiterschulungen in Bereichen, die besonders ältere Kundinnen und Kunden betreffen wie z. B. Diabetes, sind die Basis für eine fachkompetente Beratung.

Gemeinsam stark für Ihre Empfehlung

Die Diasporal® Bestseller in TV, Online & Print



Diasporal® 400 EXTRA direkt

Direkt-Magnesium
der EXTRA-KLASSE

Diasporal® 300 mg

Körperfreundliches EXPRESS*-Magnesium

Diasporal® DEPOT

Hochdosiertes Magnesium
plus Vitamin B-Komplex

Mehr auf diasporal.de – Jetzt informieren und bestellen

info@diasporal.de • Info-Hotline 089-99 65 53-137 • Fax 089-99 65 53-888 • Protina Pharmazeutische GmbH • 85737 Ismaning

* Signifikanter Anstieg von Serum-Magnesiumkonzentration nach 30 Minuten und renaler Magnesiumkonzentration nach 2–4 Stunden (Werner et al. Trace Elements and Electrolytes 2019)

Magnesium-Diasporal® 300 mg, Granulat zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen (Wirkstoff: Magnesiumcitrat) Zusammensetzung: 1 Beutel Granulat (5,073 g) enthält Magnesiumcitrat 1856,6 mg, Magnesiumgehalt: 300 mg. Sonstige Bestandteile: Sucrose, Citronensäure, Natriumhydrogencarbonat, Riboflavin, Orangenaroma. Anwendungsgebiet: Behandlung und Vorbeugung eines Magnesiummangels. Gegenanzeigen: Schwere Nierenfunktionsstörungen, bradykarde Erregungsüberleitungsstörungen am Herzen, hereditäre Fructose-Intoleranz, Glucose-Galactose-Malabsorption, Saccharase Isomaltase-Mangel, Überempfindlichkeit. Nebenwirkungen: Stuhlerweichung, Müdigkeitserscheinungen bei hochdosierter und länger andauernder Anwendung. Enthält Sucrose und Natrium. Protina Pharm. GmbH, D-85737 Ismaning



© FamVeld / iStock / Getty Images

Ein Rollator passt nicht durch enge Gänge. Achten Sie darauf, dass Kunden mit Gehhilfen in Ihrer Apotheke genug Platz haben.

► Hilfsmittel kompetent, aber auch diskret abgeschirmt von anderen Kunden erklären können, ist vorteilhaft. Pharmazeutische Dienstleistungen wie Gewichtskontrolle, Blutdruck- oder Blutzuckermessung sowie die Medikationsanalyse können Sie so professionell und vor Blicken geschützt vornehmen.

Gehör finden Da ältere Menschen schlechter hören, sollten Apotheker und PTA klar, laut und deutlich sprechen, damit sie akustisch verstanden werden. Dies steht dem Wunsch nach diskreter Beratung oft entgegen. Die BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.) fordert sogar, dass Gespräche in Apotheken grundsätzlich diskret verlaufen, das heißt, andere Kunden nicht mithören und -sehen können. Denn etwa 69 Prozent der über 50-Jährigen wünschen sich einen diskreten Beratungsbereich, dies ergab eine schon 2004 mit Unterstützung des MVDA Marketing Verein Deutscher Apotheker e.V. durchgeführte Studie der BAGSO.

Ein weiteres Plus – wenn auch kein Muss – könnte eine Kundentoilette sein. Diese wird gerade von älteren Menschen öfter benötigt, wenn sie unter Inkontinenz leiden oder Entwässerungstabletten bekommen. Vor der Apotheke sollte es möglichst ausreichend Parkplätze geben, auch für Behinderte. Der Weg vom Parkplatz in die Apotheke sowie die Böden in der Apotheke sollten keine Stolperfallen enthalten. Wenn es dennoch ohne Rampe oder Stufe nicht geht, ist ein Geländer anzubringen.

Botendienst und Telepharmazie Irgendwann kommt der Punkt, an dem alte Menschen die Apotheke nicht mehr so einfach allein erreichen. Dann sollte die Vor-Ort-Apotheke aktiv einen Botendienst zur Verfügung stellen, der die Medikamente nach vorheriger Bestellung nach Hause liefert. Das bieten bereits viele Apotheken an. Aber wie sieht es mit der Beratung aus? Laut §20 der Apothekenbetriebsordnung muss die Apotheke bei der Abgabe von Arz-

neimitteln die Information und Beratung sicherstellen. Dies kann bei der Bestellung telefonisch oder bei der Belieferung passieren. Wenn eine intensivere Beratung notwendig ist, dann bieten telepharmazeutische Module von Apomondo oder apotheke.de die Möglichkeit, datenschutztechnisch sicher per Video-Chat zu kommunizieren. Immer wieder ist von Apothekern zu hören, dass Senioren das nicht nutzen. Vorsicht, in der Zeit der Coronapandemie haben viele ältere Menschen das Internet entdeckt. Ein großer Teil der Menschen über 65 Jahren besitzt ein Smartphone und hat mit der Familie geübt, über Video-Chat in Kontakt zu bleiben. Auch das Impfzertifikat lassen sich viele Senioren digitalisieren und auf ihr Smartphone laden. Der Schritt dahin, auch eine telepharmazeutische Beratung der eigenen Stammapotheke zu nutzen, wenn man selbst nicht mehr mobil ist, der ist nicht mehr groß. Außerdem werden die heutigen Älteren irgendwann zu ►

Übelkeit hat viele Gesichter...



... Vomex A® hat für jeden das richtige Produkt!

- ✓ Die Nr. 1 bei Übelkeit und Erbrechen*
- ✓ Größte Auswahl an Darreichungsformen und Wirkstärken¹
- ✓ Wirkt schnell und langanhaltend

Empfehlen Sie
Deutschlands Nr. 1*!



*IQVIA Absatz MAT 07/21, 11A1

¹ Größte Auswahl an Darreichungsformen und Wirkstärken; lt. Lauer-Taxe® Stand: 01.08.2021.

² Nur nach Rücksprache mit dem Arzt.

Vomex A® Dragees 5 mg, überzogene Tabl.: **Wirkst.:** Dimenhydrinat. **Zusammensetz.:** 1 Dragee enthält 50 mg Dimenhydrinat. **Sonst. Bestand.:** Mikrokrist. Cellulose, Lactose-Monohydrat, Calciumhydrogenphosphat-Dihydrat, Carboxymethylstärke-Natrium (Typ A), hochdisp. Siliciumdioxid, Magnesiumstearat, Hypromellose, arabisches Gummi, Hypromellose, Talkum, Sucrose, Macrogol 6000, Calciumcarbonat, Titandioxid, Eisen(III)-hydroxid-oxid x H₂O, Eisen(III)-oxid, Carminsäure-Aluminiumsalze, Carnaubawachs, Bienenwachs. **Anwendungsgebiet:** Zur Prophylaxe u. symptomatischen Therapie v. Übelkeit u. Erbrechen unterschiedl. Genese, insbes. v. Kinetosen. Für Kinder ab 6 Jahren u. über 30 kg Körpergewicht, Jugendliche u. Erwachsene. **Hinweis:** Dimenhydrinat ist zur alleinigen Behandlung v. Zytostatika-induzierter Übelkeit u. Erbrechen nicht geeignet. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gegen d. Wirkstoff, andere Antihistaminikad. einen d. sonst. Bestandt., akuter Asthma-Anfall, Engwinkelglaukom, Phäochromozytom, Porphyrie, Prostatahyperplasie mit Restharbildung, Krampfanfällen (Epilepsie, Ekklampsie), Herzrhythmusstörungen (z. B. Wolff-Parkinson-White Syndrom). Nicht anzuwenden bei einem Körpergewicht unter 6 kg. **Nebenw.:** *Sehr häufig:* Schwellung, Kopfschmerzen, Benommenheit. *Häufig:* Sedierung, Mydriasis, Tachykardie, Verstopfte Nase, Mundtrockenheit, Muskuläre Schwäche, Störungen bei d. Harnblasenentleerung. *Geläufiglich:* Eingeschränktes Erinnerungsvermögen, Gleichgewichtsstörung, Schwindelgefühl, Aufmerksamkeits-/Koordinationsstörung, Verwirrheitszustand, Halluzination, Stimmungsschwankungen, Schlaflosigkeit, Vertigo, Myasthenie, Erhöhter Intraokularer Druck. *Selten:* Urticaria, Ödem, Anaphylaktische Reaktionen, Angst, vermind. Sehschärfe, Orthostasesyndrom, Unruhe, Agitiertheit, Nervosität, Tremor, Obstipation, Erythem, Ekzem, Angioödem, Purpura, Allergische Dermatitis. *Sehr selten:* Leuko-, Neutro-, Thrombozytopenie, Hämolyt. Anämie, Extrapyramidale Erkrankung. *Häufigkeit nicht bekannt:* Gastrointestinale Erkrankungen, Hepatische Funktionsstörungen, Photosensibilität, QT-Intervall-Verlängerung im EKG. **Pädiatrische Patienten:** Möglichkeit d. Auftretens paradoxer Reaktionen wie Unruhe, Erregung, Schlaflosigkeit, Angstzustände od. Zittern. **Ältere Patienten:** Gelegentliches Auftreten v. Gleichgewichtsstörungen, Verwirrung, Schwindel, Gedächtnis- oder Konzentrationsstörungen werden häufiger beobachtet. **Warnhinw.:** Enthält Lactose, Sucrose (Zucker). **Weitere Hinw.:** s. Fachinformation. **Apothekenpflichtig. Stand:** 12/20-1. Klänge Pharma GmbH, 83607 Holzkirchen, Deutschland

Gemeinsam für Gesundheit. **KLINGE PHARMA**

► den Hochbetagten, die aber noch kognitiv in der Lage sind, ihr Handy und das Internet zu gebrauchen. Diese Kunden sollte die öffentliche Apotheke ebenfalls bedienen.

Überblick über die Medikamente Den Überblick über die Arzneimitteltherapie zu behalten, ist im Alter gar nicht so leicht. Die Menschen zwischen 60 und 70 Jahren nehmen im Durchschnitt 8,5 Medikamente täglich ein. Die über 70-Jährigen noch mehr. Dazu müssen die Arzneimittel zu verschiedenen Einnahmezeitpunkten, vor oder nach dem Essen eingenommen werden. Einige Tabletten sollen geteilt werden und bestimmte Darreichungsformen, zum Beispiel Insulinpens oder Inhalatoren, sind erklärungsbedürftig. Für die Übersicht über die Einnahme sollte jeder Patient, der

sowohl aus Ärzte- als auch aus Apotheken- und Patientensicht notwendig und relevant sind. Zum anderen verfügt er über einen 2D-Barcode, der sämtliche Informationen des Plans in digitaler Form bereitstellt, so dass der Plan auf einfache Art von einem Computer oder Smartphone erfasst und aktualisiert werden kann. Um den eigenen Medikationsplan zu managen, gibt es patientengerechte Apps. Eine ist die kostenfreie Patienten-App – PApp – ein Projekt der Aachener Learning Community. PApp kann mehrere Pläne einlesen, verwalten, aktualisieren und den Plan als PDF verschlüsselt versenden. So können auch Angehörige sehr einfach die Pläne zum Beispiel der Eltern auf dem eigenen Smartphone verwalten, und haben immer die wichtigsten Informationen über die eingenommenen Medikamente auf einen Blick

der Umverpackungen geachtet werden, damit es bei der Einnahme nicht zu Verwechslungen kommt. Der Patienteninfo-Service (www.patienteninfo-service.de) stellt die Gebrauchsinformationen der meisten Fertigarzneimittel als PDF-Datei in großer Schrift, sowie auch als hörbare Audiodatei zur Verfügung. Denn Beipackzettel sind in der kleinen Schriftgröße oftmals nur schwer zu lesen. Vielen Senioren mit Sehproblemen fällt es schwer, Dosierungsangaben auf Messbechern oder Dosierlöffeln zu lesen, hier kann die PTA mit einem Perennschreiber eine Markierung für die richtige Dosierung aufbringen. Alternativ können Dosierspritzen angeboten werden. Weil die Muskelkraft im Alter abnimmt, haben Patienten oft Schwierigkeiten, Insulinpens auszulösen,

Apps helfen Senioren oder Angehörigen, den Medikationsplan zu verwalten.

mehr als drei Medikamente dauerhaft einnimmt, einen bundeseinheitlichen Medikationsplan (BMP) besitzen. Diesen stellt meistens der Hausarzt aus, die Apotheke kann ihn aktualisieren. Wenn der Plan aktuell und vollständig ist, verbessert er die Arzneimitteltherapiesicherheit enorm. Wichtig ist, dass er in patientengerechter Sprache formuliert, nach Einnahmezeitpunkten von morgens nach abends hin sortiert ist und vom Patienten verstanden und benutzt wird. Er ist auch eine Unterstützung, wenn Tabletten in Einnahmedosetten oder Blistern für die Woche gestellt werden. Außerdem ist er ein Medium, um Informationen über die verordneten Medikamente an die jeweiligen Gesundheitsberufe zu übermitteln.

Der Bundeseinheitliche Medikationsplan zeichnet sich durch zwei Kernelemente aus. Zum einen umfasst er, in knapper Form, Informationen, die

parat. In der Apotheke sollten PTA und Apotheker Kunden und Angehörige immer mal wieder auf ihren Medikationsplan ansprechen und auf Richtigkeit prüfen, wenn neue Medikamente verordnet wurden.

Hilfsmittel zur Anwendung Mühsen Tabletten geteilt werden, sollten Tablettenteiler angeboten werden, denn nur so ist eine genaue Teilung in dosisgleiche Hälften einfach möglich. Gegebenenfalls ist aber auch die Umstellung auf ein niedriger dosiertes Fertigarzneimittel nach ärztlicher Rücksprache eine Lösung. Auch Applikationshilfen wie Tropfenzählgeräte, spezielle Verschlussöffner, Schnabellassen und Einnahmebecher sollten in einer seniorenspezialisierten Apotheke angeboten werden.

Wenn Patienten schlecht sehen, dann sind Lupen eine gute Hilfe, außerdem sollte bei der Belieferung von Rezepten auf die Optik

einen Flaschenverschluss oder eine Blisterfolie zu öffnen. Hier sollten PTA und Apotheker anbieten, das jeweilige Arzneimittel aus dem Primärpackmittel heraus „gebrauchsfertig“ zu machen. Außerdem gibt es Öffnungshilfen. Das sind zum Beispiel zangenartige Hilfsmittel, mit denen Tabletten aus Blistern herausgedrückt werden können oder Gummikappen, mit denen ein Schraubdeckel leicht, ohne abzurutschen, geöffnet wird. Augentropfen zu applizieren stellt aufgrund der notwendigen Feinmotorik eine große Herausforderung dar. Patienten mit Parkinson oder essenziellem Tremor brauchen meistens Unterstützung von Angehörigen oder der Pflegekraft. Fragen Sie ältere Kunden, wie sie mit Augentropfen zurechtkommen, denn viele der Quetschflaschen sind nur mit großer Kraftanstrengung zu handhaben und so erreichen die Tropfen nicht immer das ►

NUR IN DER APOTHEKE

Für HERZ
und GEHIRN³

Das gute Omega-3-Gefühl für jeden Geschmack



OMEGA-3 PREMIUM 1500

- 780 mg EPA/495 mg DHA¹
- Aus hochreinen Seefischölen
- Zusätzlich: 800 I. E. Vitamin D¹

PZN: 17173986



OMEGA-3 PFLANZLICH

- 200 mg EPA/400 mg DHA¹
- Aus wertvollem Algenöl
- Zusätzlich: 400 I. E. Vitamin D¹

PZN: 13335788



OMEGA-3 LIQUID

- 1.095 mg EPA/730 mg DHA²
- Aus nachhaltigem Wildfang
- Zusätzlich: 800 I. E. Vitamin D²

PZN: 15638381

Die Omega-3-Fettsäuren EPA/DHA tragen zur normalen Herzfunktion bei. DHA leistet einen Beitrag zum Erhalt der normalen Gehirnfunktion.³

¹Tagesdosis: 2 Kapseln ²Tagesdosis: 7,5 ml ³Die positive Wirkung stellt sich bei einer Tagesaufnahme von 250 mg ein.

PureMax™ ist eine Marke der Croda International PLC, England.

doppelherz.de



system

► **Auge.** Hier gibt es ebenfalls Applikationshilfen. Wie ein Trichter wird die Augeneintropfhilfe auf das Auge gesetzt. Der Bindehautsack des Auges wird durch den hervorstehenden Rand der Tropfhilfe nach unten gedrückt, während ein Guckloch den Blick nach oben führt. So geht kein Tropfen mehr daneben.

Schluckbeschwerden Im Alter lässt die Speichelsekretion nach, Anticholinergika verursachen zusätzlich Mundtrockenheit. So klagen viele Senioren über Schluckprobleme, wenn sie Tabletten oder Kapseln einnehmen müssen. Zunächst sollten PTA und Apotheker erläutern, dass feste orale Darreichungsformen in aufrechter Haltung mit ausreichend Wasser – etwa 100 bis 200 Milliliter – eingenommen werden sollen. Besteht die Gefahr des Verschluckens, sollte das Chin-Tuck-Manöver empfohlen werden. Hierbei wird die Tablette mit einem

Achtung Sturz Für sichere Bewegungsabläufe braucht der Mensch Gleichgewichtsvermögen, Muskelkraft, Muskelspannung, Koordination und Konzentrationsvermögen. Um das eigene Lebensumfeld umfassend wahrzunehmen, müssen die Sinne funktionieren. Ein Sturz hat selten eine einzige Ursache, gerade bei alten Menschen summieren sich die Risikofaktoren: nachlassende körperliche und kognitive Fähigkeiten, Erkrankungen und Medikamente, die die Mobilität beeinträchtigen. Zahlen des statistischen Bundesamtes dokumentieren, dass etwa 30 Prozent der 65-Jährigen mindestens einmal im Jahr stürzen, während dies bei etwa 50 Prozent der 80-jährigen und älteren Menschen passiert. Meist löst der Sturz einen Teufelskreis aus, der in die Immobilität führt. Durch eine konsequente Sturzprophylaxe, die in der Apotheke empfohlen wird, können dementsprechend nicht nur

In einer auf Senioren ausgerichteten Apotheke können Patientenvorträge zum Thema Sturzprophylaxe und Bewegung angeboten werden. Gehhilfen wie Rollatoren oder Gehstöcke können in das Produktsortiment aufgenommen werden oder über die Zusammenarbeit mit einem Sanitätshaus vermittelt werden.

Medikationsanalyse Gerade für alte Menschen mit Polymedikation und Multimorbidität trägt es wertvoll dazu bei, die Arzneimitteltherapiesicherheit zu verbessern, wenn Apotheker die Gesamtmedikation auf definierte arzneimittelbezogene Probleme überprüfen. In vielen Apotheken wird die Medikationsanalyse bereits als honorierte Dienstleistung angeboten. In zwei intensiven Gesprächen mit dem Kunden und/oder den Angehörigen wird unter anderem auf Wechselwirkungen, Nebenwirkungen, Dosierungsfehler, Anwendungs- oder Adhärenzprobleme

Senioren, die viele Arzneimittel einnehmen, profitieren von einer Medikationsanalyse.

großen Schluck Wasser zusammen in den Mund genommen, das Kinn auf die Brust gesenkt und dann mit dem Heben in Ausgangsstellung geschluckt.

Kapseln, die mit der Nahrung eingenommen werden dürfen, können geöffnet und der Inhalt unter Apfelmus oder Joghurt gerührt werden. Hierzu sollten Sie vorher in der Fachinformation prüfen, ob die Kapsel geöffnet werden darf und ob es zu Wechselwirkungen mit Nahrungsmitteln kommen kann. Alternativ gibt es wirkstofffreie Schluckgele, die auf einem Löffel zusammen mit der Tablette gegeben werden. Damit Tabletten besser „rutschen“, können sie auch mit einem gelartigen Überzug ummantelt werden. Der Film überdeckt zusätzlich einen unangenehmen Geschmack.

Stürze und Verletzungen verhindert, sondern auch erhebliche Kosten eingespart werden. Vor allem aber steigert jeder vermiedene Sturz die Lebensqualität älterer und kranker Menschen und stärkt das Vertrauen in ihre Mobilität. Ziel muss also sein, Stürze zu vermeiden und Risiken dafür zu erkennen. Arzneimittelnebenwirkungen zählen sehr oft zu den Sturzursachen oder sind am Auslösen des Sturzes beteiligt. So rät das Papier der WHO „Global Report on Falls in Older Age“ explizit an, als Maßnahme zur Sturzprävention die Notwendigkeit der Medikation zu überprüfen. Hier kann das Sturzrisiko in einer Medikationsanalyse der gesamten Medikation eines Patienten bewertet werden.

geprüft. Ziel soll es sein, dass der Kunde sich über die Anwendung seiner Arzneimittel sicher wird. PTA können hier den Apotheker tatkräftig unterstützen, indem sie Patienten informieren und auf das Angebot der Apotheke aufmerksam machen. Gemeinsam können sie mit dem Apotheker Lösungsvorschläge zusammenstellen und bei der Dokumentation helfen.

Fazit Es gibt vielfältige Angebote für die Gruppe der Senioren. Wenn die Apotheke sich hier gut positioniert, dann schafft sie eine intensive Kundenbindung, auch mit Digitalisierung. ■

*Dr. Katja Renner,
Apothekerin*

Tebonin® – Die Ginkgo-Marke Nr. 1*

Höchste Qualität dank Ginkgo-Spezialextrakt EGb 761®

Lindert Tinnitus
und Schwindel**

Stärkt Gedächtnis
und Konzentration***



Erforscht, entwickelt und hergestellt in Deutschland.

* IQVIA PharmaScope, Ginkgo-Apothekenmarkt nach Umsatz und Absatz, MAT 07/2020.

** Bei vaskulärer und involutiver Genese.
*** Bei altersbedingter kognitiver Beeinträchtigung.

Tebonin® intens 120 mg, Wirkstoff: Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt. 1 Filmtablette enthält: 120 mg quantifizierter, raffinierter Trockenextrakt aus Ginkgo-biloba-Blättern (35-67:1), Auszugsmittel: Aceton 60 % (m/m), quantifiziert auf 26,4 - 32,4 mg Flavonoide, berechnet als Flavonolglykoside, 3,36 - 4,08 mg Ginkgolide A, B und C, 3,12 - 3,84 mg Bilobalid, und unter 0,6 µg Ginkgolsäuren. Sonstige Bestandteile: Croscarmellose-Natrium; Hochdisperses Siliciumdioxid; Hypromellose; Lactose-Monohydrat; Macrogol 1500; Magnesiumstearat (Ph. Eur.); Maisstärke; Mikrokristalline Cellulose; Simecon-alpha-Hydro-omega-octadecyloxyethylpoly(oxyethylen)-5-Sorbinsäure(Ph. Eur.); Wasser; Talkum; Titandioxid; Eisen(III)-hydroxid-oxid x H₂O. **Anwendungsgebiete:** Symptomatische Behandlung von hirnanorganisch bedingten geistigen Leistungseinbußen im Rahmen eines therapeutischen Gesamtkonzeptes bei dementiellen Syndromen mit der Leitsymptomatik: Gedächtnis-/Konzentrationsstörungen, depressive Verstimmung, Schwindel, Ohrensausen, Kopfschmerzen. Vor Behandlung klären, ob die Symptome nicht auf einer spezifisch zu behandelnden Grunderkrankung beruhen. Verlängerung der schmerzfreien Gehstrecke bei peripherer arterieller Verschlusskrankheit bei Stadium II nach FONTAINE im Rahmen physikalisch-therapeutischer Maßnahmen, insbes. Gehtraining. Bei Vertigo vaskulärer und involutiver Genese. Adjuvante Therapie bei Tinnitus vaskulärer und involutiver Genese. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegenüber Ginkgo biloba oder einem der sonstigen Bestandteile; Schwangerschaft. **Nebenwirkungen:** Es können Blutungen an einzelnen Organen auftreten, vor allem wenn gleichzeitig gerinnungshemmende Arzneimittel wie Phenprocoumon, ASS oder andere NSAR eingenommen werden. Bei überempfindlichen Personen allergischer Schock. Allergische Hautreaktionen (Hautrötung, Hautschwellung, Juckreiz). Leichte Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen, Schwindel, Verstärkung bereits bestehender Schwindelbeschwerden. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe.

Tebonin® konzent 240 mg, Wirkstoff: Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt. 1 Filmtablette enthält: 240 mg quantifizierter, raffinierter Trockenextrakt aus Ginkgo-biloba-Blättern (35-67:1), Auszugsmittel: Aceton 60 % (m/m). Der Extrakt ist quantifiziert auf 52,8 - 64,8 mg Flavonoide, berechnet als Flavonolglykoside, 6,72 - 8,16 mg Ginkgolide A, B und C, 6,24 - 7,68 mg Bilobalid, und enthält unter 1,2 µg Ginkgolsäuren pro Filmtablette. Sonstige Bestandteile: Gefälltes Siliciumdioxid; Mikrokristalline Cellulose; Croscarmellose-Natrium; Magnesiumstearat (Ph. Eur.) [pflanzlich]; Hypromellose; Stearinsäure; Eisen(III)-hydroxid-oxid x H₂O E 172; Eisen(III)-oxid E 172; Talkum. **Anwendungsgebiete:** Zur Verbesserung einer altersbedingten kognitiven Beeinträchtigung und der Lebensqualität bei leichter Demenz. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegenüber Ginkgo biloba oder einem der sonstigen Bestandteile; Schwangerschaft. **Nebenwirkungen:** Sehr häufig: Kopfschmerzen. Häufig: Benommenheit / Schwindel, Diarrhoe, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen. Häufigkeit nicht bekannt: Blutungen an einzelnen Organen (Auge, Nase, Gehirn, Gastrointestinaltrakt), Überempfindlichkeitsreaktionen (allergischer Schock), allergische Hautreaktionen (Erythem, Ödem, Juckreiz). Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe.

TZ/02/10/20/01

