

Kompetenz zeigen

Kunden, die ein Rezept über Metformin vorlegen, sind an **Diabetes** erkrankt, und zwar an Typ 2. Jede PTA kennt sich mit der Stoffwechselstörung aus. Was könnte sie zusätzlich empfehlen?



© maljugin / iStock / Thinkstock

Mancher Kunde fühlt sich tatsächlich ein wenig allein gelassen, wenn er aus der Arztpraxis kommt. Das Rezept rauscht aus dem Drucker, der Medikationsplan listet Metformin und Empaglifozin auf und zusätzlich noch ein Statin. Was bedeutet das alles?

Eine PTA, die Licht ins Dunkel bringt, hat beim Kunden von vornherein einen Stein im Brett. „Metformin sorgt dafür, dass Ihre Zellen mehr Glukose aufnehmen können, weil eben diese Zellen dem Insulin gegenüber ansonsten mehr und mehr resistent werden. Das zweite Präparat entlässt das zuviel an Zucker im Blut

in den Urin; es wird ausgeschieden. Und das Statin ist ein Cholesterinsenker, denn erhöhte Cholesterinwerte bilden im Zusammenhang mit Diabetes eine unheilvolle Kombination, schnell sind dann die Blutgefäße wegen der Ablagerungen dicht.“ Der Kunde merkt, dass er ernst genommen wird. Jemand kümmert ▶

DU FÜHLST DICH HERPES?



LYSI[®]-Herp mit L-Lysin verwandelt Ihre Kunden schneller zurück.

- L-Lysin hat die Eigenschaft, Herpes von innen zu hemmen
- Reduziert Schmerzen, Spannen und Brennen
- Verkürzt den Heilungsprozess*

Eine Packung enthält
10 Trinkfläschchen
à 25 ml = 250 ml
PZN: 12453209
UVP: 17,45 Euro



* Mittlere Abheilzeit, gemessen von den ersten Symptomen bis zur Krustenbildung

Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (Bilanzierte Diät) mit Vitalstoffen (essentielle Aminosäure L-Lysin, Vitamine, Spurenelemente, Bioflavonoide). Ergänzende Bilanzierte Diät zur diätetischen Behandlung von Lippenherpes (Herpes simplex labialis). Lysi[®]-Herp ist kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Unter ärztlicher Aufsicht zu verwenden. Außer Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Bei Raumtemperatur (nicht über 25°C) lagern. Vor direkter Sonneneinstrahlung schützen.

www.lysi-herp.de

► sich um ihn, erklärt ihm die Zusammenhänge. Und das ist eine gute Grundlage für eine Beratung, denn die PTA hat sich als kompetent erwiesen.

Kontrolle durch Ernährung Die wichtigste therapeutische Maßnahme gegen Diabetes, sei es Typ 1 oder Typ 2, ist eine auf das Problem zugeschnittene Ernährung. Das heißt: maßvolle Zufuhr von Kohlenhydraten, kaum Zucker, viel Gemüse. Auf jeden Fall muss der Blutzuckerspiegel immer wieder kontrolliert werden und das bedeutet: ein Blutzuckermessgerät plus Teststreifen. Doch das bezahlen die Krankenkassen beim Typ 2 in der Regel nicht.

genießen: eine Ernährungsberatung ist anzuraten, vielleicht auch eine Selbsthilfegruppe oder die Empfehlung für einen passenden Kurs. Hier kann möglicherweise die Krankenkasse weiterhelfen – oder das aktuelle VHS-Programm.

Metabolisches Syndrom Gefürchteter Begleiter bei Diabetes ist häufig das metabolische Syndrom: Kardiovaskuläre Erkrankungen, erhöhte Blutfettwerte sowie Bluthochdruck gehen oftmals mit der Stoffwechselstörung einher. Gut ist es dabei, wenn man jederzeit seinen Blutdruck kontrollieren kann. Falls der Kunde ein Messgerät erwerben will, sollte die PTA genau erklären

fornummern parat zu haben – die Kunden werden es ihnen danken. Steht Insulin auf dem Rezept, das der Kunde vorlegt, verhält sich die Sache ein wenig anders. Liegt ein Diabetes Typ 1 vor, gehen die Teststreifen nun zu Lasten der Krankenkasse. Die Empfehlungen der PTA gehen jetzt auch in die Richtung, Komplikationen und Folgeerscheinungen zu vermeiden beziehungsweise unter Kontrolle zu halten. Beispielsweise ist ein jährlicher Besuch beim Augenarzt anzuraten, die so genannte diabetische Retinopathie, verursacht durch die zunehmende Schädigung der kleinen Blutgefäße im Auge, kann bis zur Erblindung führen – doch nur, wenn der Blutzuckerspiegel schlecht eingestellt ist.

Fragen Sie Ihre diabetischen Kunden, wie sie ihre Füße pflegen und bieten Sie spezielle Produkte an

Im Gespräch mit dem Kunden kann eine PTA ihm den Sinn eines solchen Gerätes verdeutlichen. Wenn der Patient selbst in der Lage ist, sein Blutzuckerprofil zu erstellen, kann er genau erkennen, wie hoch der Glukosegehalt im Blut vor und nach dem Essen ist und wie sich die Werte am Abend und morgens nüchtern darstellen. Dabei ist es hilfreich, Diabetes-Tagebücher mit den entsprechenden Tabellen, in die man seine Werte eintragen kann, in der Schublade zu haben. Irgendwann kann der Kunde dann einschätzen, wie hoch der Zuckerwert nach welcher Speise steigt – und wann er unten bleibt. Denn oberstes Ziel beim Typ 2 ist meist die Gewichtsabnahme. Schon wenige Kilogramm Gewichtsreduktion können viel bewirken, manchmal verschwindet die Krankheit sogar ganz. Sätze wie: „Ich hätte gern das weiße Eiweißpulver aus der Werbung, davon nimmt man so schön ab“, sind allerdings mit Vorsicht zu

können, wie es angewendet wird – inklusive Anlegen der Manschette, dem richtigen Sitz des Messschlauches und, bei Handgelenks-Geräten, den korrekten Sitz und die Bedienung des kleinen Computers, der wie eine größere Armbanduhr aussieht. Letzteres ist häufig für ältere Patienten die bessere Wahl, da es einfacher anzulegen ist. Falls der Kunde kein Gerät kaufen will, kann das Messen des Blutdruckes als Service-Leistung angeboten werden. So wird ein gelegentlicher Besucher schnell zum Stammkunden.

Blauer Dunst Und dann sind da noch die Raucher: Dringend ist ihnen nahegelegt worden, sich den blauen Dunst abzugewöhnen – bloß wie? Zumindest die Entzugserscheinungen können ihnen genommen werden, mittels Nikotinpflastern und, für den Akutfall mit einem Nikotinspray. Manchmal geht es nicht ohne Hilfe, gerade bei starken Rauchern, da ist es ratsam, einige Tele-

Auf die Füße achten Glukose im Blut kann die Nervenenden schädigen; eine gefürchtete Erkrankung ist auch das diabetische Fußsyndrom. Empfehlen Sie Ihren Kunden spezielle Fußpflegeprodukte für Diabetiker. Sie beugen Schrunden und Rissen vor. Ob sich ein Dorn in die Fußsohle eingegraben oder ein Riss sich entzündet hat, ist mittels eines Spiegels leichter nachzuprüfen – auch diesen Tipp kann die PTA dem Kunden geben.

Generell ist beim Diabetes die Durchblutung gerade der kleineren Gefäße eingeschränkt. Das kann bis zur Minderung der Gedächtnisleistung gehen; hier können Ginkgo-Präparate wirklich hilfreich sein. Der legendären Heilpflanze wird in der chinesischen Medizin eine Lebenskraft erhaltende Wirkung zugesprochen – und am besten belegt ist ihre Wirkung bei Diabetes mellitus. Ein Versuch ist daher eine ergänzende Maßnahme wert. Eine weitere Empfehlung bei peripheren Neuropathien stellen Präparate mit Alpha-Liponsäure dar. Beratungsbedarf besteht auch bei supplementären Vitaminen: Diabetiker leiden oft an einem Mangel des Vitamins D sowie B₁, B₆ und B₁₂. ■

Alexandra Regner,
PTA/Redaktion

Wenn Zinkmangel hinter der Erkältung steckt:

Schneller wieder fit!


**2,75
Tage**

schneller gesund!*

Zinkorot® 25 Tabletten

Wirkstoff: Zinkorotat · 2 H₂O 157,36 mg,
entsprechend 25 mg Zink

Zur Zinktherapie

50 Tabletten (N2) zum Einnehmen 



- Unterstützt das Immunsystem bei Zinkmangel:
kann Erkältungen um bis zu 2,75 Tage verkürzen*
- Nur 1 Tablette täglich: 25 mg Zink zum
effektiven Ausgleich von Zinkmangel

Zinkorot® 25

die EXTRA große Portion Zink

* Michelle Science, Jennie Johnstone, Daniel E et al. Zinc for the treatment of the common cold: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. CMAJ. 2012 July 10; 184(10): E551–E561.

Zinkorot® 25 Tabletten. Wirkstoff: Zinkorotat. **Zusammensetzung:** Arzneil. wirksamer Bestandteil: 1 Tablette mit Bruchkerbe enthält: 157,36 mg Zinkorotat · 2 H₂O, entsprechend 25 mg bzw. 0,38 mmol Zink. Sonst. Bestand.: Hochdispertes Siliciumdioxid, mikrokristalline Cellulose, Povidon K 30, Carmellose-Natrium, Talkum, Magnesiumstearat. **Anwendungsgebiete:** Zur Behandlung von Zinkmangelzuständen, sofern sie durch übliche Ernährung nicht behoben werden können. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. **Nebenwirkungen:** Gastrointestinale Beschwerden in Form von abdominalen Schmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Diarrhöe und Magenreizsymptomen. Zink kann nach längerfristiger Einnahme Kupfermangel verursachen. Nähere Informationen s. Fachinfo! Apothekenpflichtig. **Wörwag Pharma GmbH & Co. KG, 71034 Böblingen. Stand: Juli 2014.**

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

