

HEUMANN

Gesundheitstipps

Ein Patientenratgeber zum
Thema:

Osteo- porose

Mit Gesundheitslexikon

gelb. rund. gesund.



HEUMANN

Arzneimittel

Gesunde Knochen ein Leben lang!

Vorbeugung mit richtiger Ernährung, Calcium und Vitamin D₃ sowie die rechtzeitige ärztliche Behandlung mit wirksamen Arzneimitteln kann auch Ihnen gegen Osteoporose helfen. Ein Leben lang!

Was ist Osteoporose überhaupt?

Unter einer Osteoporose versteht man in der Umgangssprache den im Alter verstärkt auftretenden „Knochenschwund“. Wenn man nicht rechtzeitig beginnt, etwas dagegen zu tun, verlieren die Knochen mehr und mehr an Substanz. Dieser Vorgang beginnt ganz allmählich und setzt sich über Jahre hinweg fort. Dadurch leidet die Stabilität der Knochen und sie werden immer weniger belastbar. Im späteren Stadium kann es häufiger zu Knochenbrüchen kommen. Gefürchtet ist die Osteoporose wegen dieser drohenden Knochenbrüche. Die Ursache der Erkrankung, die Verringerung der Knochendichte, ist nicht zu fühlen oder gar mit Schmerzen verbunden. Brüche von Knochen, in der medizinischen Fachsprache „Frakturen“ genannt, treten erst dann auf, wenn der Knochenschwund so weit fortgeschritten ist, dass die Knochen den täglichen Belastungen nicht mehr standhalten können. Es gilt daher, rechtzeitig aktiv zu werden.



Risikofaktoren

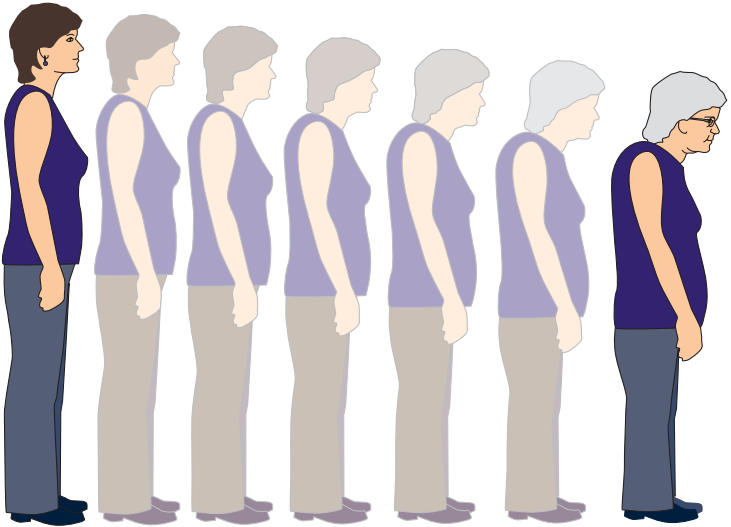
Osteoporose kann, neben dem fortschreitenden Alter, sehr viele Ursachen haben. Häufig kommen mehrere ungünstige Umstände zusammen. So können viele der heutigen, lieb gewonnenen Lebensgewohnheiten die Entstehung einer Osteoporose begünstigen. Es ist daher für jeden Einzelnen besonders wichtig, seine Risikofaktoren für Knochenschwund zu kennen, um diese so frühzeitig wie möglich beeinflussen zu können.



Bekannte Risikofaktoren sind:

- Ernährung mit zu geringem Gehalt an Calcium
- Ernährung mit hohem Anteil an Phosphaten (z. B. Fleisch, Wurst, Kaffee)
- Lebensweise mit zu wenig Bewegung
- Erhebliches Untergewicht
- Übermäßiger Genuß von Alkohol und Nikotin
- Mangel an Sexualhormonen (z. B. nach den Wechseljahren)
- Einnahme von bestimmten Medikamenten (z. B. Cortison)
- Frühzeitiges Auftreten einer Osteoporose bei nahen Verwandten





Anzeichen einer Osteoporose

Der Knochenschwund geht anfangs mit ganz wenigen oder gar keinen Beschwerden einher. Typisch ist, dass die Veränderungen schleichend auftreten. Sie können gelegentlich aber auch ganz akut einsetzen und setzen sich aus vielen typischen Erscheinungen zusammen.

Chronische Rückenschmerzen:

Die Muskulatur muss bei Schädigung der Wirbelsäule die Haltefunktion übernehmen. Dadurch wird sie schnell überfordert und verspannt sich. Diese Verspannungen wiederum reizen die durch die Wirbelsäule ein- und aus-tretenden Nerven. Schmerzen sind die Folge.

Akute Rückenschmerzen:

Die Wirbelsäule sinkt bei Osteoporose-Patienten im Laufe der Jahre allmählich, manchmal aber auch schlagartig, in sich zusammen. Dieses Zusammensinken der Wirbelkörper kann plötzlich einsetzende, sehr heftige Schmerzen auslösen.

Größenabnahme:

Von Osteoporose betroffene Menschen werden kleiner. Die Abnahme der Körpergröße kann mehrere Zentimeter betragen. Wenn gleich mehrere Wirbel betroffen sind, kann es zum Rundrücken, dem so genannten „Witwenbuckel“, und zum „Osteoporose-Bäuchlein“ kommen.

Tannenbaum-Phänomen:

Der Größenverlust im Bereich der Wirbelsäule führt zu typischen Hautfalten vom Rücken zu den Flanken. Diese sehen aus wie die Äste eines Tannenbaumes.

Knochenbrüche:

Brüche, an besonders belasteten Stellen im Skelett, treten bereits bei geringfügigen Anlässen und sonst harmlosen Unfällen auf.

Um eine exakte Diagnose zu erhalten, sollten Sie daher unbedingt frühzeitig Ihren Arzt konsultieren. Dieser kennt die Symptome einer Osteoporose und wird gegebenenfalls weiterführende Untersuchungen veranlassen.

Kann man Osteoporose vorbeugen?

Es gibt zahlreiche bewährte Möglichkeiten, das Auftreten einer Osteoporose zu verzögern und ihr Fortschreiten zu verlangsamen durch:

- eine ausreichend hohe Calcium-Zufuhr mit der Nahrung oder durch Calcium-Präparate
- Ausgleich eines Vitamin-D3-Mangels
- Phosphat-arme Ernährung
- Bewegungstraining



Auch die Schaffung einer sicheren häuslichen Umgebung kann dazu beitragen, das Risiko, zu fallen und sich zu verletzen, zu verringern. Vermeiden Sie „Stolperfallen“, riskante Putz- und Klettermanöver, lose Kabel oder Bodenbeläge, schlechte Beleuchtung. Bei erhöhter Sturzneigung, vor allem im höheren Lebensalter, schützt das Tragen eines Hüftprotektors.

Knochendichtemessung

Knochenschwund geht mit einer stark erniedrigten Knochendichte einher. Die Messung der Knochendichte wird daher zur Erkennung der Osteoporose eingesetzt. Sie wird an den Lendenwirbeln oder der Hüfte mit geringen Mengen von Röntgenstrahlen gemessen. Das Ergebnis wird mit den durchschnittlichen Knochendichtewerten von Gesunden verglichen und mit dem sogenannten „T-Wert“ beschrieben.

Die gesetzlichen Krankenkassen erstatten die Kosten für eine solche Untersuchung erst spät. Nach einem Knochenbruch, der sich aus geringfügigem Anlass ereignet

hat, werden diese Messungen von den Kassen übernommen, wenn der Verdacht auf Osteoporose besteht. Ohne Knochenbruch müssen die Kosten selbst getragen werden. Ultraschallmessungen und andere Verfahren können ebenfalls Aussagen zum Knochenbruchrisiko machen, können aber derzeit noch nicht allgemein empfohlen werden.

Vorbeugen ist besser als Heilen!

Wie viel Calcium braucht der Mensch?

Calcium ist einer der wichtigsten Bestandteile unserer Knochen. Es liegt daher nahe, dass stets ausreichend

Calcium vorhanden sein muss, um einen gesunden Knochenaufbau zu gewährleisten. Der tägliche Calcium-Bedarf ist vom Alter abhängig und liegt bei etwa 1500 mg. Ausgezeichnete Calcium-

Quellen sind Milch und Milchprodukte, Mineralwässer und Gemüsesorten wie Broccoli, Lauch, Grünkohl oder Fenchel. Trotzdem sind nicht alle Lebensmittel, die viel Calcium enthalten, auch gleichzeitig gute Calcium-Lieferanten. So hat beispielsweise Spinat einen hohen Calcium-Gehalt, enthält aber gleichzeitig große Mengen von Oxalsäure. Diese sorgt dafür, dass Calcium aus Spinat vom Körper nicht aufgenommen werden kann.

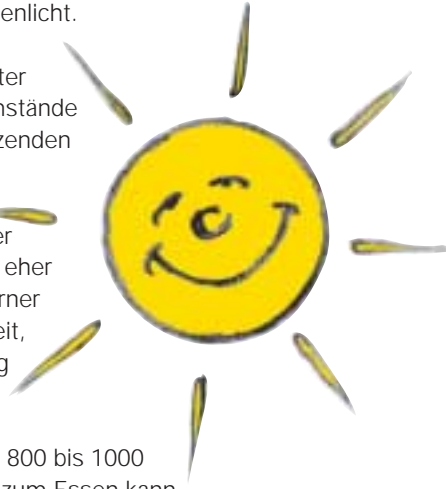
Wie viel Calcium der Körper benötigt, hängt vom Alter und vom Gesundheitszustand ab. Empfehlungen gehen davon aus, dass gesunde Erwachsene täglich etwa 1000 mg Calcium zu sich nehmen sollten. Soviel Calcium ist beispielsweise in 800 ml Milch enthalten. Schwangere Frauen benötigen pro Tag 1200-1500 mg Calcium, Frauen nach den Wechseljahren 1500 mg täglich. Eine ausgewogene Ernährung kann die ausreichende Versorgung mit Calcium gewährleisten.



Was ist Vitamin D₃?

Vitamin D₃ ist erforderlich, um Calcium aus dem Darm aufzunehmen und es dann in den Knochen einzubauen. Bei Kindern und jüngeren Erwachsenen wird normalerweise genügend Vitamin D₃ vom Körper gebildet. Hierfür benötigt die Haut viel Sonnenlicht.

Mit fortschreitendem Alter können verschiedenste Umstände zu einem allmählich einsetzenden Vitamin D₃-Mangel führen. Bekanntlich hält man sich im Alter weniger an der frischen Luft auf oder trägt eher geschlossene Kleidung. Ferner vermindert sich die Fähigkeit, Vitamin D₃ aus der Nahrung aufzunehmen.



Eine tägliche Zufuhr von 800 bis 1000 I.E. Vitamin D₃ als Tablette zum Essen kann daher sinnvoll sein. Sie sollten sich aber streng an die von Ihrem Arzt empfohlene Dosis halten, da eine Überdosierung vermieden werden muss.

Welche verschreibungspflichtigen Arzneimittel stehen dem behandelnden Arzt zur Verfügung?

Knochen sind einem ständigen Wechselspiel von Aufbau und Abbau unterworfen. Die Erhaltung der Knochenmasse hängt vom Gleichgewicht zwischen beiden Vorgängen ab. Bei der Osteoporose übersteigt der Knochenabbau dauerhaft den Knochenaufbau. Arzneimittel aus der Gruppe der Bisphosphonate, zu welchen in erster Linie die Alendronsäure gezählt wird, bewirken einen Zuwachs an Knochenmasse, indem sie den Knochenabbau vermindern.

Alendronsäure verfügt für Frauen mit einer Osteoporose, die in zeitlicher Nähe mit den Wechseljahren auftritt, über einen geradezu idealen Wirkmechanismus. Dadurch ist der Wirkstoff in der Lage, das Fortschreiten dieser schwierigen Erkrankung aufzuhalten. Er bremst nämlich die knochenabbauenden Zellen und lässt dabei die Knochenneubildung unbeeinträchtigt. Dadurch erhöht Alendronsäure die Knochendichte.

Für eine erfolgreiche Behandlung ist sowohl die exakte Beachtung der Einnahme-Vorschriften als auch die Dauer der Einnahme sehr wichtig. Diese sollte wenigstens ein Jahr, besser jedoch mehrere Jahre, betragen. Das Risiko von Knochenbrüchen, das bei Osteoporose deutlich erhöht ist, sinkt dadurch beträchtlich. Bitte beachten Sie daher unbedingt die Angaben in der Packungsbeilage. Es lohnt sich für Sie und für die Gesundheit Ihrer Knochen.

Generika - moderne Arzneimittel müssen nicht teuer sein

Moderne Wirkstoffe zur Behandlung der Osteoporose, wie Alendronsäure, sind inzwischen auch als „Generikum“ verfügbar. Den Begriff „Generikum“ sollten Sie sich unbedingt merken! Denn „Generika“ sind als Nachahmerarzneimittel kostengünstiger als Originalarzneimittel. Und das aus gutem Grund: Original-Präparate genießen einen langjährigen Patentschutz ohne jede Konkurrenz. Nach Ablauf des Patentschutzes dürfen andere pharmazeutische Unternehmen Arzneimittel mit identischem Wirkstoff herstellen (Generika).

Diese Nachahmermedikamente sind genauso gut wirksam und verträglich, aufgrund geringer Kosten für Forschung und Entwicklung können sie jedoch preisgünstiger angeboten werden.

Die Verwendung von Generika ist gegenüber den Originalen sehr viel wirtschaftlicher und trägt damit unmittelbar zur Kostendämpfung im Gesundheitswesen bei. Sie entlastet direkt und indirekt auch Ihr Portemonnaie, beispielsweise durch geringere Zuzahlungen.

Arzneimittel: verschreibungspflichtig oder nicht?

Auch Sie als Patient können direkt von der Wirtschaftlichkeit der HEUMANN Generika profitieren, wenn Sie sich selbst ein Arzneimittel in der Apotheke kaufen.

Selbst verschreibungspflichtige Arzneimittel darf Ihnen Ihr Arzt nicht uneingeschränkt auf Kassenrezept verordnen, apothekenpflichtige (rezeptfreie) Arzneimittel seit einiger Zeit sogar nur noch in ganz bestimmten Ausnahmefällen.

Zur Vorbeugung und Behandlung leichterer Erkrankungen wird eine Vielzahl von Arzneimitteln rezeptfrei in Ihrer Apotheke angeboten.

Rezeptfreie HEUMANN Generika

Für folgende Erkrankungen stehen Ihnen preiswerte Generika von HEUMANN zur Verfügung:

- Bei Allergien:
Cetirizin Heumann, Cromoglicin Heumann, Loratadin Heumann
- Bei Calcium- und Vitamin-D₃-Mangel sowie Osteoporose:
Calcium D₃ Heumann Brausetabletten
- Bei erhöhtem Calcium-Bedarf:
Calcium Heumann Brausetabletten
- Bei diabetischer Nervenschädigung:
alpha-Liponsäure Heumann
- Bei akutem Durchfall:
Loperamid akut Heumann
- Bei Folsäuremangel:
Folsäure Heumann
- Bei Hautentzündungen:
Hydro Heumann Hautcreme
- Bei Husten:
Ambroxol Heumann
- Bei Lippenbläschen:
Aciclovir Heumann Creme
- Bei Magenbeschwerden:
Magaldrat Heumann
- Bei Magnesiummangel:
Magnesium Heumann
- Bei Pilzinfektionen der Haut:
Clotrimazol Heumann Creme



Preiswerte HEUMANN Arzneimittel

- Bei vaginalen Pilzinfektionen:
Clotrimazol 3 Heumann Vaginalcreme
- Zum Schleimlösen:
Acetylcystein akut Heumann Brausetabletten
- Bei Schmerzen:
Ibuprofen Heumann Schmerztabletten
- Bei Schmerzen und Fieber:
ASS Heumann®, Paracetamol Heumann
- Bei Schmerzen, Entzündungen und Schwellungen:
Diclofenac Heumann Gel
- Bei akutem Schnupfen:
Nasenspray Heumann
- Bei Sodbrennen:
Ranitidin Heumann 75 mg Filmtabletten
- Bei Übelkeit:
Dimen Heumann®
- Bei stumpfen Verletzungen:
Heparin Heumann Creme
- Bei Sportverletzungen:
Heparin plus Heumann Gel
- Bei Verstopfung:
Lactulose Heumann Sirup
- Zur Wundheilung:
Panthenol Heumann Creme®



Starke Arzneimittel von HEUMANN gegen Alltagsbeschwerden – rezeptfrei erhältliche HEUMANN-Qualität zum günstigen Preis in Ihrer Apotheke

Calcium D₃ Heumann – Calcium mit dem Plus an Vitamin D₃

Calcium ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff mit zahlreichen Funktionen in unserem Körper. Er ist wichtig für Knochen, Zähne, Nägel und Haut, für die Blutgerinnung, Nerven und Muskeln. Bei längerer unzureichender Zufuhr von Calcium bedient sich unser Körper am Calcium in unseren Knochen. Ein Mangel an Calcium kann zum häufig beobachteten Knochenschwund (Osteoporose), zu frühen Hautfalten, Wundheilungsstörungen und Zahn-erkrankungen führen.

Besonders viel Calcium benötigen schwangere und stillende Frauen, Kinder und Jugendliche, Frauen in und nach den Wechseljahren sowie generell ältere Menschen. Bei ihnen ist besonders sorgfältig auf eine ausreichende Versorgung mit Calcium zu achten.

Für die Aufnahme von Calcium aus dem Darm, für die Einlagerung in die Zellen und in die Knochen ist Vitamin D₃ unbedingt erforderlich. Unser Körper kann dieses Vitamin selbst in der Haut bilden. Voraussetzung hierfür ist allerdings die ausreichende Versorgung mit Sonnenlicht, was besonders in der trüben Jahreszeit oder bei Aufenthalt in geschlossenen Räumen schwierig sein kann.

Deshalb sind immer dann, wenn unser Körper besonders viel Calcium benötigt (Jugend, Schwangerschaft, Stillzeit, Alter), Calcium D₃ Heumann Brausetabletten eine sinnvolle therapeutische Maßnahme. Mit Calcium können in vielen Fällen auch Allergien, trockene Haut und brüchige Nägel gebessert werden.

Calcium D₃ Heumann Brausetabletten sind leicht und vollständig löslich und schmecken angenehm fruchtig nach Zitrone. Calcium D₃ Heumann Brausetabletten gibt es rezeptfrei in Ihrer Apotheke.



Calcium Heumann – deckt erhöhten Calcium-Bedarf

Der menschliche Organismus enthält etwa 1,2 kg Calcium, wovon 98 % im Knochen gespeichert werden. Da unsere Nahrung relativ wenig Calcium enthält, kann es bei besonders hohem Calcium-Bedarf (Schwangerschaft, Stillzeit und Wachstumsphase) zu Mangelerscheinungen kommen. Calcium-Mangel äußert sich zuerst in Unruhe und Muskelzucken. Längerfristiger Calcium-Mangel hat auch Einfluss auf die Knochen, die zunehmend brüchig werden. Insbesondere Frauen leiden mit zunehmendem Alter häufig unter Osteoporose, die eine erhöhte Calcium-Aufnahme erforderlich macht.

Calcium-haltige Arzneimittel werden gegen diese Mangelerscheinungen wirkungsvoll eingesetzt. **Calcium Heumann** steht Ihnen als wohlschmeckende Brausetabletten zur Verfügung. Sie erhalten Calcium Heumann Brausetabletten rezeptfrei in Ihrer Apotheke.



Diclofenac Heumann Gel – das Allroundtalent bei Schmerzen, Schwellungen und Entzündungen

Der schmerzlindernde und entzündungshemmende Wirkstoff Diclofenac wird seit langem zur Behandlung von Schmerzen und Rheuma erfolgreich eingesetzt. Meist handelt es sich um rezeptpflichtige Arzneimittel zum Einnehmen.

Auch durch äußerliche Anwendung von Diclofenac können zahlreiche schmerzhafte Erkrankungen sehr gut behandelt werden. Dazu zählen beispielsweise Sport- und Unfallverletzungen wie Verstauchungen, Prellungen und Zerrungen, aber auch Entzündungen von Sehnen und Sehnenscheiden, Schleimbeutel sowie im Muskel- und Kapselbereich wie Schulter-Arm-Beschwerden oder typische Verschleißerscheinungen an den Gelenken von Armen, Beinen und Wirbelsäule.

Mit Diclofenac Heumann Gel können Sie solche Beschwerden selbst behandeln, durch mehrmalig tägliches Auftragen und leichtes Einreiben. Die wohltuende Wirkung entfaltet sich nach dem Einziehen in die Haut und lindert Ihre Schmerzen praktisch nebenwirkungsfrei. Denn insbesondere magenempfindliche Patienten reagieren auf die Einnahme von Schmerzmitteln mit Magenbeschwerden, nicht so beim Auftragen auf die Haut. Hinzu kommt der positive Effekt durch die kühlende Wirkung des Gels.

Darüber hinaus ist **Diclofenac Heumann Gel** verschreibungsfrei und damit ganz ohne Praxisgebühr und Zuzahlung. Sie erhalten Diclofenac Heumann Gel in Tuben zu 50 und 100 g rezeptfrei in Ihrer Apotheke.



Ibuprofen Heumann Schmerztabletten – Schmerzen verantwortungsvoll selbst behandeln!

Der Schmerz hat eine wichtige Alarmfunktion, er weist darauf hin, dass im Körper etwas nicht stimmt. Andererseits: Wer Schmerzen hat, und seien es „nur“ leichte, der will sie so rasch wie möglich wieder loswerden. Ein bewährter Wirkstoff gegen Schmerzen ist Ibuprofen. Ibuprofen Heumann Schmerztabletten greifen als eine Art Feuerwehr direkt am Entstehungsort der Schmerzen ein. Dort betätigen sich nämlich vom Körper gebildete, hormonähnliche Stoffe (die so genannten Prostaglandine) als Brandstifter.

Diese sind am Schmerzgeschehen, an Entzündungen und an der Entstehung von Fieber beteiligt. Das ist sehr sinnvoll – denn Schmerz ist ein Alarmsignal, Fieber eine Abwehrreaktion. Aber diese Abwehrreaktionen gegenüber Krankheitserregern sind unangenehm. Ibuprofen hemmt die Entstehung der Prostaglandine, „löscht also den Brand“ durch Ausschalten der Ursache. Konkret heißt das: Ibuprofen Heumann Schmerztabletten wirken schmerzlindernd, fiebersenkend und entzündungshemmend.

Mit **Ibuprofen Heumann Schmerztabletten** können leichte bis mittelstarke Schmerzen, etwa Kopfschmerzen, Zahnschmerzen und Regelschmerzen, sowie Fieber erfolgreich bekämpft werden. Ibuprofen Heumann Schmerztabletten sind in Ihrer Apotheke rezeptfrei erhältlich.



Loperamid akut Heumann – Durchfall muss nicht sein!

Durchfall muss nicht gleich Grund zur Beunruhigung sein. Vor allem dann nicht, wenn er akut nur einmalig und ganz kurzfristig auftritt. Dies spricht eher dafür, dass eine verdorbene Speise, psychische Ursachen oder Medikamenteneinnahme der Auslöser waren. Andererseits wird es bedenklich, wenn Durchfall langanhaltend und zu stark ausgeprägt ist. Dann könnte er beispielsweise auf schwer wiegende Darminfektionen zurückzuführen sein – was eine Abklärung beim Arzt erfordert. Zu Durchfallmitteln sollte man selbst nur greifen, wenn solch schwere Erkrankungen ausgeschlossen sind. In der Regel jedoch ist Durchfall zeitlich begrenzt, gutartig und heilt oft von selbst ab. Dennoch ist ein Durchfallmittel in vielen Fällen sinnvoll, um die lästigen Beschwerden rascher zu lindern und um Flüssigkeitsverlusten und Mineralstoffmangel vorzubeugen.



Als Durchfallmittel hat sich der Wirkstoff Loperamid bewährt. Falls der Durchfall trotz Behandlung mit Loperamid länger als 2 Tage dauert, darf die Behandlung allerdings nur unter ärztlicher Aufsicht weitergeführt werden.

Loperamid akut Heumann ist in Tablettenform erhältlich und wirkt zuverlässig gegen akute Durchfallbeschwerden. So wird die Weiterbeförderung des Darminhalts gehemmt und die Häufigkeit der Stuhlentleerung vermindert. Dadurch kann sich die gestörte Darmtätigkeit rasch wieder normalisieren. Loperamid akut Heumann ist in Ihrer Apotheke rezeptfrei erhältlich.



Panthenol Heumann Creme® – helfen Sie der geschädigten Haut!

Oberflächliche Hautverletzungen sind Alltagserscheinungen. Jeder hatte schon mit kleineren Hautschäden zu tun, wie sie etwa im Haushalt oder beim Sport vorkommen: Schürfwunden, Schnittverletzungen, Kratzwunden oder oberflächliche Brandwunden. Jeder hat auch die Erfahrung gemacht, wie sehr selbst solche kleineren Defekte stören können. Und wie langsam sie manchmal abheilen. Auch kann sich die Haut dabei entzünden, und dann schmerzt es erst recht. Außerdem gibt es noch das weite Feld der schmerzhaften Hautreizungen und -entzündungen. Etwa den Sonnenbrand, der den meisten als Urlaubsschreck in unliebsamer Erinnerung sein dürfte. Oder das Wundsein, das insbesondere älteren Menschen und Säuglingen zu schaffen macht.

Solche frischen oder chronischen Hautverletzungen und Hautreizungen werden häufig selbst behandelt. Dann ist es hilfreich, sich des Wirkstoffs Dexpanthenol zu bedienen. Dieser fördert die Wiederherstellung der geschädigten Haut und lindert rasch die Entzündungserscheinungen.

Panthenol Heumann® ist eine sehr gut verträgliche Hautcreme. Die besonders geschmeidige Konsistenz von **Panthenol Heumann Creme®** ermöglicht ein schmerzfreies und angenehmes Auftragen. Panthenol Heumann Creme® sorgt wirkungsvoll für das Wachstum neuer Hautzellen und unterstützt insgesamt die Hautfunktion. Die geschädigte Haut heilt rascher ab. Panthenol Heumann Creme® ist in Ihrer Apotheke rezeptfrei erhältlich.



Ranitidin Heumann 75 mg Filmtabletten – schaffen Erleichterung bei Sodbrennen!

Wer kennt das nicht: Sodbrennen, saures Aufstoßen und Völlegefühl z. B. nach schweren Mahlzeiten beeinträchtigen Ihr Wohlbefinden. Diese Beschwerden sind äußerst unangenehm und können jederzeit auftreten - auch im Urlaub nach dem Genuss ungewohnter Speisen.

Neueren Untersuchungen zufolge können diese Beschwerden langfristig zu schwerwiegenden Folgeerscheinungen führen. Bewährte Hausmittel helfen nicht immer, sind meist aufwendig anzuwenden oder einfach nicht in Reichweite. Wie wäre es dann, ein gut verträgliches und schnell wirksames Arzneimittel zur Hand zu haben?

Mit **Ranitidin Heumann 75 mg Filmtabletten** in der Haus- und Reiseapotheke können die häufigsten Magenbeschwerden jederzeit zuverlässig bekämpft werden – denn Schäden durch zu viel Magensäure müssen heute nicht mehr sein. Ranitidin Heumann 75 mg Filmtabletten erhalten Sie rezeptfrei in Ihrer Apotheke!



Gesundheitslexikon

| Begriff | Erklärung |
|----------------------------|--|
| A Acebutolol | Wirkstoff gegen Bluthochdruck, Angina pectoris und Herzrhythmusstörungen („Herzjagen“). |
| Acemetacin | Wirkstoff zur Behandlung von rheumatischen Erkrankungen. |
| Acetylcystein | Wirkstoff zur Schleimlösung in den Atemwegen. |
| Acetylsalicylsäure | siehe ASS. |
| Aciclovir | Wirkstoff gegen Lippenbläschen bei Herpesinfektionen. |
| Akut | Plötzlich auftretender, heftiger Verlauf, von kurzer Dauer. |
| Alendronsäure | Wirkstoff zur Behandlung der Osteoporose nach der Menopause. Alendronsäure reduziert das Risiko für Wirbel- und Hüftfrakturen. |
| Allergie | Krankhafte Überempfindlichkeitsreaktion des Organismus auf Stoffe, die er als körperfremd erkennt. |
| Allopurinol | Wirkstoff gegen Gicht bzw. erhöhte Harnsäurewerte im Blut; vermindert die Harnsäurebildung. |
| alpha-Liponsäure | Wirkstoff zur Behandlung diabetischer Nervenschädigungen. |
| Ambroxol | Wirkstoff zur Schleimlösung in den Atemwegen. |
| Amilorid | Wirkstoff zur Förderung der Urinausscheidung, gegen Ödeme und Bluthochdruck, vgl. Diuretikum. |
| Amilorid comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Amiodaron | Wirkstoff zur Behandlung von Herzrhythmusstörungen. |
| Amlodipin | Moderner Wirkstoff zur schonenden Behandlung von Bluthochdruck und von Beschwerden einer Angina pectoris. |
| Amoxicillin | Wirkstoff gegen bakteriell bedingte Krankheiten, vgl. Antibiotikum. |

| | |
|---------------------------|---|
| Amoxicillin plus | Wirkstoffkombination aus Amoxicillin und Clavulansäure zur Behandlung bakterieller Erkrankungen, vgl. Antibiotikum. |
| Angina pectoris | „Brustenge“ infolge Mangeldurchblutung des Herzmuskels; meist anfallsweise Schmerzen im Herzbereich, teilweise z. B. in Arm oder Schulter ausstrahlend. |
| Antibiotikum | Arzneimittel zur Behandlung infektiöser Krankheiten, tötet die Krankheitserreger (z. B. Bakterien) ab oder hemmt sie im Wachstum; jedes einzelne Antibiotikum ist jeweils auf bestimmte Krankheitserreger „spezialisiert“. |
| Antikörper | Vom Körper selbst produzierter Abwehrstoff. |
| Antimykotikum | Mittel gegen Pilzkrankungen. |
| Antitussivum | Hustenstillendes Mittel zur Unterdrückung des Hustenreizes. |
| Anwendungsgebiete | Krankheiten oder Beschwerden, bei denen ein bestimmtes Arzneimittel oder bestimmte medizinische Behandlungen wirken. |
| Apoplexie | Schlaganfall, Hirninfarkt oder Hirnblutung; oft durch Arteriosklerose ausgelöst. |
| Apothekenpflichtig | Bezeichnung von Arzneimitteln, die nur in der Apotheke angeboten werden dürfen. |
| Arterien | Blutgefäße, die das sauerstoffreiche Blut zu den Organen transportieren. |
| Arteriosklerose | „Gefäßverkalkung“ (der Arterien), Einlagerung von Cholesterin und anderen Fremdstoffen in Blutgefäße. Dies führt zur Verdickung und Verhärtung der Gefäßwände mit Verringerung des Durchmessers. Damit wird die Durchblutung reduziert. |
| Arthritis | Gelenkentzündung. |
| Arthrose | Chronische, schmerzhaftige Gelenkveränderungen, entweder durch altersbedingte Abnutzungen der Gelenke (Gelenkverschleiß) oder durch angeborene bzw. erworbene Minderwertigkeit vor allem des Gelenkknorpels. |
| Arzneiform | = Darreichungsform, vgl. dort. |
| Arzneimittel | = Medikament, vgl. dort. |
| ASS | Wirkstoff, der seit über 100 Jahren zur Schmerzlinderung eingesetzt wird; ursprünglich aus Weidenrinde gewonnen; seit einigen Jahren auch zur Vorbeugung vor Herz- und Hirninfarkten. |

| | |
|-------------------------|---|
| Asthma | Anfallsweise auftretende, hochgradige Atemnot infolge von Verengungen der Atemwege. |
| Aszites | „Bauchwassersucht“, Flüssigkeitsansammlung in der freien Bauchhöhle als Folge ganz unterschiedlicher Krankheiten. |
| Atenolol | Wirkstoff gegen Herzkreislaufbeschwerden wie Bluthochdruck, Angina pectoris oder Herzrhythmusstörungen ("Herzjagen, Herzstolpern"). |
| Atenolol comp. | Der Wirkstoff Atenolol in Verbindung mit einer harntreibenden Substanz (Diuretikum). |
| Azathioprin | Wirkstoff zur Unterdrückung bzw. Abschwächung der körpereigenen Abwehrreaktion nach einer Transplantation. |
| B Bakterien | Kleine, einzellige Lebewesen, oft Krankheitserreger. |
| Beipackzettel | Informationsblatt, das der Arzneimittelpackung beigelegt sein muss, um die Arzneimittelsicherheit zu gewährleisten. |
| Belastungsgrenze | Seit 1. Januar 2004 gelten neue Belastungsgrenzen für Zuzahlungen, ab denen eine Zuzahlungsbefreiung (s. dort) für den Rest des Jahres beantragt werden kann: Für schwerwiegend chronisch Kranke liegt die Belastungsgrenze bei 1 % des Jahresbruttoeinkommens, bei allen Übrigen bei 2 % des Jahresbruttoeinkommens. |
| Benazepril | Wirkstoff zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Benazepril comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Benzbromaron | Wirkstoff gegen Hyperurikämie und Gicht; fördert die Harnsäureausscheidung. |
| Bezafibrat | Wirkstoff gegen erhöhte Blutfettwerte. |
| Biotin | Vitamin zur Stärkung von Haut, Haaren und Nägeln. |
| Bisoprolol | Wirkstoff gegen hohen Blutdruck und Herzleistungsschwäche. |
| Bisoprolol comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Blutplasma | Der von Blutkörperchen befreite, flüssige Anteil des Blutes. |

| | |
|------------------------------|--|
| Blutserum | Der von Blutkörperchen und Fibrin (= Gerinnungsfaktor) befreite, nicht mehr gerinnbare Anteil des Blutes. |
| BPH | Benigne Prostatahyperplasie = Gutartige Prostatavergrößerung. |
| Bromazepam | Wirkstoff zur symptomatischen Behandlung von Spannungs-, Erregungs- und Angstzuständen. |
| Bronchialasthma | Anfälle schwerer Atemnot, häufig allergisch ausgelöst. |
| Bronchien | In der Lunge verzweigte Äste der Luftröhre. |
| Bronchitis | Akute oder chronische Entzündung der Atemwege, meist durch Bakterien oder Viren ausgelöst. |
| Buflomedil | Wirkstoff zur Behandlung von Durchblutungsstörungen. |
| C Calcium | Mineralstoff zur Vorbeugung eines Calciummangels bei erhöhtem Bedarf sowie zum Schutz vor Osteoporose. |
| Calcium D₃ | Wirkstoffkombination zur Osteoporose-Behandlung bei Calcium- und Vitamin-D ₃ -Mangel. |
| Captopril | Wirkstoff, der zur Behandlung bestimmter Herz-Kreislaufkrankungen eingesetzt wird. |
| Captopril comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Carbamazepin | Wirkstoff gegen verschiedene neurologische Erkrankungen, z. B.: Anfallsleiden (Epilepsien) oder attackenartige Schmerzen im Nervenbereich. |
| Carvedilol | Wirkstoff zur Behandlung von Bluthochdruck, Angina pectoris, Herzmuskelschwäche. |
| Cefaclor | Wirkstoff gegen bakteriell bedingte Krankheiten; vgl. Antibiotikum. |
| Cefuroxim | Wirkstoff gegen bakterielle Erkrankungen, vgl. Antibiotikum. |
| Cetirizin | Wirkstoff zur Behandlung von Allergien. |
| Cholesterol | Cholesterin, eine Fettart. |
| Chronisch | Sich langsam entwickelnd, schleichend, langfristig andauernd. |

| | |
|--|---|
| Cimetidin | Wirkstoff gegen Magenerkrankungen; wirkt durch Hemmung der Magensäureproduktion heilend und vorbeugend etwa bei Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren. |
| Ciprofloxacin | Wirkstoff gegen bakterielle Erkrankungen, vgl. Antibiotikum. |
| Citalopram | Wirkstoff zur Behandlung von Depressionen und Angst. |
| Clarithromycin | Wirkstoff zur Behandlung von bakteriellen Infektionen, vor allem der Atemwege. |
| Clindamycin | Antibiotikum zur Behandlung von schweren Infektionen, z. B. der Knochen. |
| Clotrimazol | Bekannter Wirkstoff gegen Pilzerkrankungen. |
| Cotrim | Abkürzung von Cotrimoxazol (= Kombination aus Trimethoprim und Sulfamethoxazol); Trimethoprim und Sulfamethoxazol sind antibakteriell wirksame Chemotherapeutika. Die Kombination ist besser wirksam als jeder Wirkstoff alleine. |
| Cromoglicin | Wirkstoff zur Vorbeugung allergischer Beschwerden. |
| D Darreichungsform | Arzneiform eines Medikamentes; Beispiele: Tablette, Saft, Dragée, Kapsel, Zäpfchen. |
| Dermatosen | Hautpilzerkrankungen, durch Pilze hervorgerufene Infektionen von Haut, Haaren, Finger- oder Fußnägeln. |
| Dexpanthenol | siehe Panthenol. |
| Diabetes/ Diabetes mellitus | „Zuckerkrankheit“. |
| Diarrhoe | Durchfall. |
| Diclofenac | Wirkstoff gegen Rheuma, Schmerz, Entzündung. |
| Diltiazem | Wirkstoff gegen Herzkreislaufbeschwerden wie koronare Herzkrankheit (KHK) oder Bluthochdruck. |
| Dimen | Kurzbezeichnung von Dimenhydrinat. Wirkstoff von Arzneimitteln zur Vorbeugung und Behandlung von Schwindel, Übelkeit und Erbrechen – auch bei Reisekrankheit. |
| Diphtherie | Durch Krankheitserreger (Bakterien) ausgelöste schwere Infektionskrankheit, die zu Krupphusten führen kann. |

| | |
|------------------------|---|
| Diuretikum | Harttreibendes Mittel, „Entwässerer“. |
| Dosierung | Angabe zur richtigen Medikamenteneinnahme – wie viel, in welcher Zeit und wann. |
| Doxazosin | Wirkstoff zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Doxycyclin | Wirkstoff gegen bakteriell bedingte Krankheiten, vgl. Antibiotikum. |
| Dragée | Von glatter, harter Hülle (meist Zucker) überzogene Arzneimittel. |
| E Enalapril | Wirkstoff zur Behandlung von Bluthochdruck und Herzleistungsschwäche. |
| Enalapril comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Enzyme | Fermente, biochemische Katalysatoren; Eiweiße, die chemische Reaktionen in lebenden Organismen veranlassen oder beschleunigen. |
| Erythromycin | Wirkstoff gegen bakteriell bedingte Krankheiten, vgl. Antibiotikum. |
| Expektorantien | Mittel zur Schleimlösung und zur Auswurf-förderung bei Husten mit starker Schleimbildung. |
| F Famotidin | Wirkstoff gegen Magen-Darm-Erkrankungen; wirkt durch Hemmung der Magensäureproduktion heilend und vorbeugend bei Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren. |
| Felodipin | Wirkstoff zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Fenofibrat | Wirkstoff gegen erhöhte Blutfettwerte. |
| Festbetrag | Höchster von den Krankenkassen zu erstatten-der Betrag für rezeptierte Medikamente mit gleichem oder vergleichbarem Wirkstoff oder vergleichbarer Wirkung; liegt der Herstellerpreis des verordneten Medikaments über dem Festbetrag, muss der Patient die Differenz selbst bezahlen (neben der Zuzahlung). |
| Fluoxetin | Wirkstoff zur Behandlung von Depressionen. |
| Flutamid | Wirkstoff zur Anwendung bei bösartigen Tumoren der männlichen Vorsteherdrüse. |
| Folsäure | Wirkstoff zur Behandlung von Folsäuremangel und erhöhtem Folsäurebedarf. |
| Furosemid | Wirkstoff zur Förderung der Urinausscheidung, gegen Ödeme, vgl. Diuretikum. |

| | | |
|----------|-----------------------------|--|
| G | Gabapentin | Wirkstoff zur Behandlung von Epilepsie und neuropathischen Schmerzen. |
| | Gegenanzeigen | Umstände, die gegen die Einnahme eines an sich zweckmäßigen Medikaments sprechen. |
| | Gegenanzeige absolut | Medikament sollte unter den angegebenen Umständen auf keinen Fall eingenommen werden. |
| | Gegenanzeige relativ | Medikament darf unter den angegebenen Umständen nur bedingt eingenommen werden. |
| | Gegenmittel | Stoffe, die durch andere Stoffe ausgelöste Vergiftungserscheinungen rückgängig machen sollen. |
| | Generika | Mehrzahl von Generikum, vgl. dort. |
| | Generikum | Das Nachfolgemedikament eines Originalpräparats; Wirkung und Qualität sind gleich – der Wirkstoff identisch. |
| | Gesamtcholesterin | Das gesamte im Blut befindliche Cholesterin. |
| | Gicht | Gelenk- und Allgemeinerkrankung als Folge erhöhter Harnsäure in Blut und Körpergewebe. |
| | Glibenclamid | Wirkstoff gegen Diabetes („Zuckerkrankheit“). |
| | Glimepirid | Wirkstoff gegen Diabetes („Zuckerkrankheit“). |
| H | Haltbarkeit | Sagt aus, wie lange ein Medikament bei sachgerechter Lagerung anwendbar ist. |
| | Harnsäure | Abbauprodukt des Purin-Stoffwechsels in Körperzellen; erhöhte Harnsäure im Blut (Hyperurikämie) kann zu Gicht führen. |
| | Harnsäuresteine | Ablagerungen in den Harnwegen (Nieren, Harnleiter, Blase), die aus dem Abbauprodukt Harnsäure bestehen. Sie können zu einem Harnsteinleiden oder Harngrieß führen. |
| | HDL | High Density Lipoproteins, Lipoproteine hoher Dichte, „gutes“ Cholesterin. |
| | Heparin | Wirkstoff zur Gerinnungshemmung von Blut. Äußerliche Anwendungen zur Behandlung von stumpfen Verletzungen wie z. B. Prellungen und Verstauchungen. |
| | Heparin plus | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Sportverletzungen. |
| | Herpesinfektion | Infektionen, die durch Herpesviren an Mundschleimhaut, Haut oder im Genitalbereich hervorgerufen werden. |

| | |
|-----------------------------|--|
| Herzinfarkt | Mangelversorgung bestimmter Teile des Herzmuskels mit Blut und Sauerstoff; dadurch Untergang von Herzmuskelgewebe. |
| Herzinsuffizienz | Akutes oder chronisches Unvermögen des Herzens, seine Pumpfunktion genügend zu erfüllen. |
| Heuschnupfen | Meist durch Pflanzenpollen ausgelöste allergische Erkrankungen der oberen Atemwege und der Augenbindehaut. |
| Hilfsstoffe | Zusatzstoffe, z. B. Bindemittel oder Farbstoffe, um dem Wirkstoff eines Medikaments die Arzneiform zu geben. |
| Hormone | Vom Körper gebildete Substanzen; sie lösen als Signalstoffe Reaktionen an Körperzellen bzw. Funktionen im Körper aus. |
| Hydrocortison | Wirkstoff zur Linderung von Hautentzündungen. |
| Hypercholesterinämie | Erhöhung des Cholesteringehaltes im Blut. |
| Hyperlipoproteinämie | Erhöhte Mengen an Lipoproteinen im Blut aufgrund von Fettstoffwechselstörungen. |
| Hypertonie | Bluthochdruck. |
| Hyperurikämie | Erhöhte Harnsäurewerte im Blut aufgrund vermehrter Bildung oder/und verminderter Ausscheidung der Harnsäure; hängt letztlich mit einer Stoffwechselstörung zusammen. |
| Ibuprofen | Wirkstoff gegen Schmerz, Fieber, Entzündung. |
| Indikation | = Anwendungsgebiet, vgl. dort. |
| Indometacin | (häufig verwendete Abkürzung: Indomet) Wirkstoff zur Behandlung von rheumatischen Erkrankungen. |
| Infekt | Leichtere Infektion, bei der die Krankheitszeichen weniger stark ausgeprägt sind. |
| Infektion | „Ansteckung“, Eindringen von Krankheitserregern in den Körper, wo sie sich vermehren. |
| Inkompatibilität | Unverträglichkeit; etwa bei Arzneimitteln, die nicht zusammen verabreicht werden dürfen, weil sie sich in ihrer Wirkung gegenseitig beeinträchtigen. |

| | |
|----------------------------------|---|
| Insulin | Von der Bauchspeicheldrüse gebildetes Hormon, das den Blutzucker senkt. Bei Störungen der Insulinproduktion bzw. verminderter Insulinwirksamkeit und dadurch erhöhtem Blutzucker (Diabetes) wird Insulin (z.B. in Spritzenform) verabreicht oder Tabletten eingenommen. |
| Insuffizienz | Ungenügende Leistung oder Funktion eines Körperorgans. |
| ISDN | Abkürzung für Isosorbiddinitrat; Einsatz wie ISMN. |
| ISMN | Abkürzung für Isosorbidmononitrat; dieser Wirkstoff wird eingesetzt bei Herzerkrankungen, die durch ungenügende Durchblutung und somit Sauerstoffmangel des Herzmuskels hervorgerufen werden (Angina pectoris). |
| Itraconazol | Wirkstoff zur Behandlung von Pilzkrankungen. |
| K Kapsel | Gelatinehaltige Umhüllung eines Medikamentes, die sich im Magen oder Darm auflöst. |
| Kapsel/ Hartgelatine | Enthält meist pulverisierte Arzneistoffe. |
| Kapsel/ Weichgelatine | Enthält meist flüssige Arzneistoffe. |
| Ketotifen | Wirkstoff zur Behandlung von Allergien. |
| Keuchhusten | Eine durch Krankheitserreger (Bakterien) hervorgerufene Infektionskrankheit, die im Säuglingsalter lebensgefährlich sein kann. |
| KHK | Koronare Herzkrankheit. Sie entsteht bei Arteriosklerose an Herzkranzgefäßen (Koronargefäßen). Eine koronare Herzkrankheit kann zu Herzinfarkt führen. |
| Krankheitserreger | Klein- und Kleinstlebewesen, die zu behandlungsbedürftigen Erkrankungen führen können (z. B. Bakterien, Viren, auch: Hefen, Pilze). |
| Krupp | Kehlkopfentzündung im Rahmen einer Diphtherie, die zu bellendem Husten führt. |
| L Lactulose | Wirkstoff zur Behandlung bestimmter Formen von Verstopfung. |
| Lamotrigin | Wirkstoff zur Behandlung von epileptischen Anfällen. |
| Laxans | Abführmittel, vgl. Lactulose. |

| | |
|---------------------------|---|
| LDL | Low Density Lipoproteins, Lipoproteine geringer Dichte, „schlechtes, gefährliches“ Cholesterin. |
| Lipide | Fette. |
| Lipoproteine | Transportform für Fette im Blut. Kombinationen aus Fetten (Lipiden) und Eiweißen (Proteinen). |
| Lippenbläschen | Juckende Bläschen an den Lippen als Zeichen einer Infektionskrankheit, ausgelöst durch Herpes-Viren. |
| Lisinopril | Wirkstoff zur Behandlung von Bluthochdruck, Herzleistungsschwäche und akutem Herzinfarkt. |
| Lisinopril comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Loperamid | Wirkstoff gegen Durchfall. |
| Loratadin | Wirkstoff zur Behandlung von Allergien. |
| Lovastatin | Wirkstoff zur Senkung erhöhter Cholesterinwerte. |
| Lunge | Körperorgan, das in erster Linie der Atmung dient. |
| Lungenentzündung | Gefährliche Lungenerkrankung, die oft durch Krankheitserreger (meist Bakterien) ausgelöst wird. |
| M Magaldrat | Wirkstoff gegen (magen)säurebedingte Beschwerden von Magen und Zwölffingerdarm sowie Speiseröhre (Sodbrennen); bindet die überschüssige Magensäure. |
| Magnesium | Wirkstoff zur Behandlung von Magnesiummangelzuständen (Krämpfe). |
| Markenname | Registriertes Warenzeichen (rechtlich geschützter Name), unter dem ein Medikament in den Handel kommt; ist auf der Packung mit einem hochgestellten ® gekennzeichnet und darf für kein anderes Arzneimittel verwendet werden. |
| MCP | siehe Metoclopramid. |
| Medikament | Arzneimittel, d.h. Stoffe oder Zubereitungen, die angewendet werden zur Krankheitserkennung, -behandlung oder -vorbeugung. |
| Metformin | Wirkstoff gegen Diabetes mellitus („Zuckerkrankheit“). |

| | |
|----------------------------|---|
| Metoclopramid | Wirkstoff zur Normalisierung der Magen-Darmtätigkeit. |
| Metoprolol | Wirkstoff gegen Herz-Kreislaufkrankungen wie Bluthochdruck, Angina pectoris oder Herzrhythmusstörungen („Herzjagen“), zur Langzeitbehandlung des Herzinfarkts und zur Vorbeugung gegen Migräne, seit kurzem auch Herzleistungsschwäche. |
| Metronidazol | Wirkstoff zur Behandlung bestimmter Infektionen. |
| Mirtazapin | Wirkstoff zur Behandlung von Depressionen. |
| mite-Tablette | Lateinisch: „mitis“ = mild. Eine mite-Tablette enthält einen geringeren Teil des Wirkstoffs, den eine normale Tablette desselben Handelsnamens beinhaltet. |
| Molsidomin | Wirkstoff gegen Herzerkrankungen, die durch Sauerstoffmangel des Herzmuskels hervorgerufen werden (Angina pectoris). |
| Morphin | Wirkstoff zur Behandlung starker und stärkster Schmerzen. |
| Moxonidin | Wirkstoff zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Mykosen | Pilzkrankungen, durch Pilze hervorgerufene Infektionen. |
| N N1, N2, N3 | Packungsgrößenbezeichnung für Arzneimittel. |
| N1 | Kleine Packung, kurze Anwendungsdauer. |
| N2 | Mittlere Packung, mittlere Anwendungsdauer. |
| N3 | Große Packung, lange Anwendungsdauer. |
| Nasenspray Heumann | Enthält den Wirkstoff Xylometazolin und dient zur Abschwellung der Nasenschleimhaut, z. B. bei Schnupfen. |
| Nebenwirkungen | Unerwünschte Wirkungen, die bei der Einnahme eines Medikaments auftreten können. |
| Niereninsuffizienz | Mangelhafte Funktion der Nieren bei krankhaften Nierenveränderungen; führt unter anderem zur Erhöhung solcher Stoffe im Blut, die normalerweise mit dem Urin ausgeschieden und nun im Körper giftig werden. |
| Nifedipin | Wirkstoff gegen Angina pectoris und Bluthochdruck. |
| Nitrendipin | Wirkstoff zur Behandlung von Bluthochdruck. |

| | |
|-------------------------|--|
| Norfloxacin | Wirkstoff gegen bakterielle Erkrankungen, vgl. Antibiotikum. |
| Notfallmaßnahmen | Sofortmaßnahmen, um lebenswichtige Körperfunktionen bei deren Ausfall zu sichern, z. B. bei Herzinfarkt oder Unfall. |
| O Ödem | Gewebswassersucht, Flüssigkeitsansammlung im Körpergewebe; Ursachen sind ganz unterschiedliche Erkrankungen, z. B. Erkrankungen des Herzens oder der Leber. |
| Ofloxacin | Wirkstoff gegen bakterielle Erkrankungen, vgl. Antibiotikum. |
| Omeprazol | Wirkstoff zur Behandlung von Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren. |
| Osteoporose | Skeletterkrankung mit Verminderung der Knochendichte und erhöhter Anfälligkeit für Knochenbrüche (Frakturen). |
| Oxybutynin | Wirkstoff zur Behandlung von vermehrtem Harndrang. |
| P Panthenol | (Abkürzung für Dexpanthenol) Wirkstoff zur Förderung der Wundheilung und zur Unterstützung der Hautfunktion. |
| Paracetamol | Wirkstoff zur Behandlung von Schmerzen und Fieber. |
| Paroxetin | Wirkstoff zur Behandlung von Depressionen. |
| Penicillin V | Wirkstoff gegen bakteriell bedingte Krankheiten, vgl. Antibiotikum. |
| Pentoxy | Abkürzung von Pentoxifyllin; Wirkstoff zur Behandlung peripherer Durchblutungsstörungen. |
| Pharmakokinetik | Lehre von den Wechselwirkungen zwischen Arzneimittel und Organismus, speziell im zeitlichen Ablauf, von der Aufnahme, Umwandlung und Ausscheidung eines Medikaments. |
| Pilzkrankungen | Mykosen, Dermatosen (siehe dort). |
| Piracetam | Wirkstoff gegen verminderte Leistungsfähigkeit des Gehirns. |
| Piroxicam | Wirkstoff gegen arthritische Beschwerden (einschließlich Gichtanfall), Arthrose und rheumatisch-entzündliche Beschwerden. |

| | |
|---------------------------------|---|
| Pravastatin | Wirkstoff zur Senkung erhöhter Cholesterinwerte mit nachgewiesenem Schutz für die Blutgefäße vor Arteriosklerose und deren Folgen. |
| Praxisgebühr | Für die erste Inanspruchnahme eines Arztes, Zahnarztes oder Psychotherapeuten wird für Patienten über 18 Jahren pro Quartal eine Praxisgebühr von 10,- € fällig. Die Gebühr entfällt bei Untersuchungen zur Früherkennung von Krankheiten, bei Durchführung von Schutzimpfungen, bei zwei jährlichen Zahnvorsorgeuntersuchungen oder der Vorsorge für Schwangere. |
| Prazosin | Wirkstoff gegen Bluthochdruck. |
| Propafenon | Wirkstoff gegen Herzrhythmusstörungen. |
| Prophylaxe | Vorbeugende Maßnahmen zur Verhütung von Krankheiten. |
| Prostaglandine | Hormonähnliche, vom Körper gebildete Substanzen; spielen eine Rolle z. B. bei der Entstehung von Schmerzen und Entzündungen. |
| Pseudokrupp | Verschiedene im Kindesalter auftretende Krankheitsbilder, die zu Einengungen der Atemwege und bellendem Husten führen. |
| Purine | Lebensnotwendige, chemische Bausteine menschlicher Körperzellen; bei ihrem natürlichem Abbau im Körper entsteht Harnsäure. |
| Q Quinapril comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| R Ramipril | Wirkstoff zum Schutz vor Schlaganfall und Herzinfarkt. |
| Ramipril comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Bluthochdruck. |
| Ranitidin | Wirkstoff gegen Sodbrennen und säurebedingte Magen-Darmerkrankungen. |
| Retard-Medikament | Arzneiform, deren Wirkstoff nur verzögert freigegeben wird; dadurch Wirksamkeit über längeren Zeitraum. |
| Rezeptfrei | Bezeichnung für Medikamente, die ohne Rezept erhältlich sind; sie können in Ausnahmefällen auch verschrieben und von der Kasse erstattet werden. |

| | |
|--------------------------------------|--|
| Rezeptpflichtig | Bezeichnung für Medikamente, die vom Arzt auf Rezept verschrieben werden müssen. |
| Roxithromycin | Wirkstoff gegen bakterielle Erkrankungen, vgl. Antibiotikum. |
| S Schlaganfall | siehe Apoplexie. |
| Selbstbeteiligung | Finanzielle Beteiligung des Patienten an medizinischen Leistungen oder Arzneimitteln, z. B. als Zuzahlung zu Medikamentenkosten oder für Heil- und Hilfsmittel; bei manchen Leistungen bzw. Arzneimitteln kann die Selbstbeteiligung 100 % betragen. |
| Selegilin | Wirkstoff zur Behandlung der Parkinsonschen Krankheit. |
| Sertralin | Wirkstoff zur Behandlung von depressiven Erkrankungen. |
| Serumcholesterinspiegel | Das gesamte im Blutserum befindliche Cholesterin. |
| Simvastatin | Wirkstoff zur Senkung erhöhter Cholesterinwerte und zur Vorbeugung schwerwiegender koronarer Ereignisse bei koronarer Herzkrankheit (KHK). |
| Sotalol | Wirkstoff zur Behandlung von Herzrhythmusstörungen. |
| Spirolacton | Wirkstoff zur Förderung der Urinausscheidung bei bestimmten Erkrankungen; unter anderem gegen Ödeme, vgl. Diuretikum. |
| Spirolacton plus | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Wasseransammlungen in Bauch und Geweben. |
| Steroide | Fettarten, die sich vom Cholesterin ableiten. Hierzu gehören Gallensäuren, verschiedene Hormone, Vitamin D. |
| Stoff- und Indikationsgruppen | Die Angabe der Wirkstoff- und Indikationsgruppe auf dem Beipackzettel soll den Patienten leichter erkennen lassen, wogegen das Medikament hilft. |
| Stoffwechsel | Gesamtheit der körpereigenen, lebensnotwendigen, biochemischen Vorgänge beim Aufbau, Umbau und Abbau von Bestandteilen aufgenommener Speisen. |
| Substanz | Häufige Bezeichnung für den wirksamen Bestandteil in einem Medikament. |
| Symptome | Krankheitszeichen, z. B. Beschwerden, Schmerzen. |

| | | |
|----------|--------------------------------|--|
| T | Tamoxifen | Wirkstoff zur unterstützenden Behandlung bei Brustkrebs. |
| | Tamsulosin | Wirkstoff zur Behandlung der gutartigen Prostatavergrößerung (BPH). |
| | Terfenadin | Wirkstoff gegen allergische Beschwerden. |
| | Tetrazepam | Wirkstoff zur Behandlung von Muskelverspannungen. |
| | Theophyllin | Wirkstoff gegen asthmatische und bronchitische Beschwerden. |
| | Ticlopidin | Wirkstoff zur Vermeidung von Blutgerinnseln. |
| | Tilidin comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von starken Schmerzen. |
| | Torasemid | Wirkstoff mit sehr stark wasserausscheidender Wirkung, der häufig bei Herzerkrankungen eingesetzt wird. |
| | Tramadol | Wirkstoff gegen starke Schmerzen. |
| | Triamteren comp. | Wirkstoffkombination zur Behandlung von Wasseransammlungen und Bluthochdruck. |
| U | Uratsteine | siehe Harnsäuresteine. |
| | Urso | Abkürzung von Ursodeoxycholsäure; Wirkstoff zur Auflösung von Cholesteringallensteinen der Gallenblase. |
| V | Venen | Blutgefäße, die das sauerstoffarme Blut vom Gewebe zurück zum Herzen befördern. |
| | Verschreibungspflichtig | = Rezeptpflichtig, vgl. dort. |
| | Virus | Sehr kleiner Krankheitserreger; vermehrt sich nur in lebenden Körperzellen. |
| W | Wechselwirkungen | Wechselseitige Reaktionen mehrerer gleichzeitig verabreichter Medikamente; dies kann die jeweiligen Wirkungen abschwächen oder verstärken und so zu Gefährdungen führen, dies gilt auch für Nahrungs- und Genussmittel, z. B. Alkohol. |
| | Wirkstoff | Wesentlicher Bestandteil eines Arzneimittels, der die erwünschte Reaktion im Organismus auslöst. |
| X | Xipamid | Wirkstoff zur Behandlung von Wasseransammlungen und Bluthochdruck. |

Xylometazolin

Wirkstoff in Nasenspray Heumann, siehe dort.

Z **Zolpidem**

Wirkstoff zur Behandlung von Schlafstörungen.

Zuzahlung

Selbstbeteiligung von Patienten über 18 Jahren an medizinischen Leistungen. Bei einem rezeptierten Arzneimittel beispielsweise beträgt die Zuzahlung nun 10 % des Apothekenverkaufspreises, mindestens jedoch 5,- € und höchstens 10,- € (unabhängig von der Packungsgröße).

Zuzahlungsbefreiung

Seit 1. Januar 2004 sind nur noch Kinder und Jugendliche bis 18 Jahren generell von Zuzahlungen befreit. Übersteigt die Summe aller Zuzahlungen von Patienten über 18 Jahren die Belastungsgrenze (s. dort), können Sie eine Zuzahlungsbefreiung für den Rest des Jahres bei Ihrer Krankenkasse beantragen!

Zuzahlungsfreie Arzneimittel

Seit 1. Juli 2006 sind bestimmte (von den Spitzenverbänden der Krankenkassen definierte), besonders günstige Arzneimittel von der Patientenzuzahlung befreit.

Acetylcystein akut Heumann Brausetabletten

Zur Verflüssigung des Schleims und Erleichterung des Abhustens bei akuter erkältungsbedingter Bronchitis.

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

Aciclovir Heumann Creme

Zur lindernden Behandlung von Schmerzen und Juckreiz bei häufig wiederkehrenden Herpesinfektionen mit Bläschenbildung im Lippenbereich.

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

alpha-Liponsäure Heumann

Bei diabetischen Nervenschädigungen.

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

Ambroxol Heumann

Zur schleimlösenden Behandlung bei akuten und chronischen Erkrankungen der Atemwege mit krankhafter Eindickung des Schleims, wie bei akuten und chronischen Entzündungen der Bronchialschleimhaut, asthmaähnlicher Bronchitis, Bronchialasthma mit Störungen der Schleimelimination oder krankhafter Erweiterung der Bronchien.

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

ASS Heumann®

(Wirkstoff: Acetylsalicylsäure) Bei leichten bis mäßigen Schmerzen, Fieber.

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

Biotin Heumann

Bei Biotin-Mangelzuständen, multiplem Carboxylase-Mangel.

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

Calcium D₃ Heumann

(Wirkstoffe: Calciumcarbonat, Vitamin D₃) Bei Calcium- und Vitamin-D₃-Mangel sowie Osteoporose.

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

Calcium Heumann Brausetabletten

Zur Vorbeugung eines Calciummangels bei erhöhtem Bedarf sowie zur unterstützenden Behandlung der Osteoporose.

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

Cetirizin Heumann

Bei allergischen Erkrankungen wie chronischer Nesselsucht, chronischem allergischen Schnupfen und Heuschnupfen.

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

Clotrimazol Heumann Creme

Bei Pilzinfektionen der Haut.

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

Clotrimazol 3 Heumann Vaginalcreme

Bei vaginalen Pilzinfektionen.

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

Cromoglicin Heumann

(Wirkstoff: Natriumcromoglicat) Augentropfen: Bei allergisch bedingter akuter und chronischer Bindehautentzündung, z. B. Heuschnupfen-Bindehautentzündung, Frühlingskatarrh. Nasenspray: Bei ganzjährig allergischem Schnupfen, Heuschnupfen.

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

Diclofenac Heumann Gel

Zur äußerlichen Behandlung von Schmerzen, Entzündungen und Schwellungen.

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

Dimen Heumann®

(Wirkstoff: Dimenhydrinat) Zur Vorbeugung und Behandlung von Schwindel, Übelkeit, Erbrechen (nicht bei Chemotherapie) und Reisekrankheit.

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

Folsäure Heumann

Bei Folsäuremangel, gesteigertem Folsäurebedarf.

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

Heparin Heumann Creme

Zur unterstützenden Behandlung bei akuten Schwellungen nach stumpfen Verletzungen wie Prellungen/Blutergüssen (30.000 I.E./60.000 I.E.) und oberflächlicher Venenentzündung (60.000 I.E.). Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Heparin plus Heumann Gel

Zur unterstützenden Behandlung bei akuten Schwellungszuständen nach unblutigen Verletzungen (z. B. Sportverletzungen). Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Hydro Heumann Hautcreme

(Wirkstoff: Hydrocortison) Zur Linderung von Entzündungssymptomen der Haut.

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

Ibuprofen Heumann 200 mg Filmtabletten, Ibuprofen Heumann Schmerztabletten 400 mg Filmtabletten

Bei leichten bis mittelstarken Schmerzen (Kopf-, Zahn-, Regelschmerzen), Fieber.

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

Lactulose Heumann Sirup

Bei Verstopfung, die durch ballaststoffreiche Kost und andere allgemeine Maßnahmen nicht beeinflusst werden kann, sowie Erkrankungen, die einen erleichterten Stuhlgang fordern.

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

Loperamid akut Heumann

Bei akuten Durchfällen.

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

Loratadin Heumann

Bei Heuschnupfen und chronischer Nesselsucht.

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

Magaldrat Heumann

Zur Behandlung von Beschwerden bei Sodbrennen und säurebedingten Magenbeschwerden.

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

Magnesium Heumann

Bei Magnesiummangel, wenn er Ursache für Störungen der Muskel-tätigkeit (neuromuskuläre Störungen, Wadenkrämpfe) ist.

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

Nasenspray Heumann

(Wirkstoff: Xylometazolinhydrochlorid) Bei akutem Schnupfen, anfallsweise auftretendem Fließschnupfen sowie zur kurzfristigen unterstützenden Behandlung von allergischem Schnupfen wie Heuschnupfen.

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

Panthenol Heumann Creme®

(Wirkstoff: Dexpanthenol) Zur Unterstützung der Heilung bei oberflächlichen leichten Hautschädigungen.

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

Paracetamol Heumann

Bei leichten bis mäßig starken Schmerzen, Fieber.

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

Ranitidin Heumann 75 mg Filmtabletten

Kurzfristig bei Sodbrennen.

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

Stand: 1. März 2007.

HEUMANN PHARMA

GmbH & Co. Generica KG
Südwestpark 50 · 90449 Nürnberg

www.heumann.de



Stempel:

Rätseln Sie mit HEUMANN!

| | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--|---|---|--|---|---|---|--|
| Mittel- hülse eines Rades | Bruder des Moses | Farb- ton englisches Kartenspiel | ↘ | nicht fleißig | ↘ | ↘ | ärztl. Hel- ferin, Abk. Eintritt | abschät- zig für: Geld und Reichtum |
| ↳ | ↘ | ↘ | | Luft der Lungen | ↳ | | ↘ | ↘ |
| | | | | | | | | |
| Rausch- giftart | | | | | | | chem. Z. f. Thulium ein Mond d. Uranus | |
| Stern im Orion | ↳ | | | | | | ↘ | |
| Strom in Mittel- europa | ↳ | | | | | Körper- glied Abk. für: Assessor | ↳ | |
| | | | | Wickel- tuch | ↳ | | | |
| | | | | Backmasse | ↘ | | | |
| schmal im Durch- laß | Mittel- meerwinde Bewußt- losigkeit | ↳ | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| Beweg- grund | | Schlot Kartenrest b. Geben | ↳ | | | | feind- licher Spion | Nord- ost- euro- päer |
| ↳ | | | | | | | | |
| | | | | | | Ferment Nacht- vogel | ↳ | |
| Trick eines Zauber- künstlers | ↳ | | | | | | chem. Z. f. Gallium Mainzel- männchen | |
| | | | | Wildtier- verband 16. griech. Buchstabe | ↳ | | ↘ | |
| | | | | | | | | |
| Körper- fleck, Zeichen | üppig, reichlich | ↳ | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| Art von Gewürz- likör | ↳ | | | | | | | |