

In dieser Ausgabe:

Alles klar mit Ihren Medikamenten?
Signale meines Körpers 2x in Suhr
Impressionen aus dem Suhre Park
Generika Aus den Filialen
Kommen und Gehen Jubiläen

lindenblatt

dezember 2017 | ausgabe 79

... was kann ich tun?

Eigenverantwortung Gesundheit!

Entscheiden heisst lernen

Erinnern Sie sich an Ihre Kindheit? Wissen Sie noch, wann Sie als Kind die Freude an der eigenen Entscheidung entdeckt haben? Spätestens ab diesem Zeitpunkt wollen wir Menschen überall mitreden, aber uns nicht reinreden lassen. Unsere individuellen Bedürfnisse standen ab sofort an erster Stelle. Wir haben das Bestehende hinterfragt, haben uns gewunden und waren neugierig. Mit anderen Worten: wer entscheidet, lernt. Zum guten Glück! Hätten wir Menschen stets alles widerstands- und kritiklos hingenommen, gäbe es weder Evolution – geschweige denn Fortschritt.

Für wen entscheide ich mit?

Aber wer lernt, der macht auch Fehler. Indem ein Kind am liebsten sein ganzes Leben ganz allein bestimmen und gestalten möchte, alles nach dem eigenen Kopf, wächst parallel eben genauso die kindliche Erkenntnis, dass das eigene Wollen und das resultierende Handeln stets eine Konsequenz auf sein soziales Umfeld mit sich bringt. Jede Entscheidung, unabhängig ob als Kind oder später als mündige und erwachsene Person, beeinflusst meine unmittelbaren Lebensumstände, aber auch die anderer Personen. Der Entscheidungsspielraum reicht von «rein auf das eigene Wohl bezogen» über das «Interesse am Eigenwohl, aber die Konsequenzen für andere werden berücksichtigt» bis zu auf das «Wohlergehen der anderen und gegen meine persönlichen Interessen» gerichtet.

Gesundheits-Entscheidungen

Bei Fragen der Gesundheit möchte wahrscheinlich niemand auf sein persönliches Wohlergehen verzichten. Doch die Frage nach dem eigenen Verhalten, der Verantwortung und die finanziellen Auswirkungen auf die Mitmenschen im solidarischen Prämienwesen drängt sich bei den steigenden Kosten im Gesundheitswesen auf.

Was kann ich tun? Lassen Sie sich durch unsere Anregungen auf den folgenden Seiten inspirieren. Wir wünschen Ihnen ein «persönliches Wohlergehen» im Kreise Ihrer Liebsten während der Festtage.





Schon wieder neigt sich ein Jahr seinem Ende zu. Ist es nur eine Einbildung oder haben auch Sie das Empfinden, dass die Jahre immer schneller vorüberziehen? Erst noch feierten wir das Millennium im Jahre 2000, und nun kommt 2018. Was wird es bringen? Was bringt es uns persönlich? Was bringt es der Schweiz? Was bringt es weltweit? In der Schweiz haben wir ein bewegtes Jahr hinter uns mit vielen politischen Diskussionen, einer Bundesratswahl und je einer Abstimmung zur Renten- und Steuerproblematik. Das Verhältnis zu Europa scheint sich in einer Endlosschleife zu bewegen. Handels-, aber auch sonstige Abkommen werden schwieriger, die Zeit der grossen Würfe scheint vorbei.

Für die Schweiz heisst das aus meiner Sicht, dass wir unser Modell aus eigener Kraft weiterentwickeln müssen. Klar brauchen wir Verträge mit anderen Ländern, aber diese müssen aus einer Position der Stärke heraus ausgehandelt und abgeschlossen werden. Wir brauchen uns nicht zu verstecken und müssen nicht für Selbstverständliches Vorleistungen erbringen.

Auf vielen Ebenen weist unser Land Vorteile auf; so zum Beispiel leben wir in einem stabilen politischen Umfeld, haben eine sehr gute Eisenbahninfrastruktur (bei der Strasseninfrastruktur besteht Nachholbedarf), die Steuerbelastung ist moderat und wir haben eine leistungsfähige Verwaltung. Doch ein altes Sprichwort sagt, dass derjenige, der

voran dabei ist, nicht stillstehen darf, wenn er auch in Zukunft voran dabei bleiben will; wir dürfen uns nicht auf den Lorbeeren ausruhen, sondern müssen uns beeilen. Die Stellung der Schweiz ist nicht gottgegeben. Der Mittelpunkt des Welthandels verschiebt sich vom atlantischen zum pazifischen Raum. China, einst Werkplatz der Welt, wird mehr und mehr auch zum Denkplatz.

Für die Schweiz sehe ich zwei Gefahren, die uns bremsen können; einerseits eine Risikoaversion oder anders gesagt die Vollkasko-Mentalität und andererseits eine zunehmende Regulierungswut, die unseren unternehmerischen Geist abwürgt.

Wir beherbergen viele grosse Firmen in der Schweiz, teils einheimischer Provenienz, teils Niederlassungen ausländischer Firmen. Mit Wehmut nehme ich zur Kenntnis, dass einige davon in chinesische Hände fallen sollen oder dass nicht genügend Schweizer Führungspersonal zur Verfügung steht, um Chefposten zu besetzen. Dabei ist mir bewusst, dass eine internationale Besetzung hoher Posten in unserer Wirtschaft in der globalen Ausrichtung kein Problem darstellt. Meine Sorge geht eher dahin, dass wir in der Schweiz – genau wie in der Politik – einen demokratischen Führungsstil mit flachen Hierarchiestufen pflegen, was die Motivation aller Mitarbeitenden enorm steigert. Wo alle wissen, dass sie ernst genommen werden und dies auch spüren, steigt die Leistungsbereitschaft an. Dies hat nach meinem Empfinden einen grossen Anteil am Erfolg der Schweiz.

Doch noch mehr Arbeitsplätze bieten die Klein- und Mittelbetriebe an, vor allem in unserer Region. Hier erwarten uns in nächster Zeit Tausende von Nachfolgeregelungen. Doch sind solche Übernahmen mit viel Risiko verbunden. Wer weiss schon, wie sich die diversen Branchen in der Zukunft entwickeln. Selbst in unserer Branche stellt sich diese Frage, vor allem in der Entwicklung des Online-Handels. Niemand kann die Zukunft voraussagen,

das Wort «Digitalisierung» ist in aller Munde. Kommen die Menschen überhaupt noch mit? Oder gibt es ein Reservoir von «Abgehängten», die in dieser Entwicklung keinen Platz mehr finden und dies bei Abstimmungen und Wahlen dementsprechend ausdrücken (Trump-Effekt)? Damit könnte eine gefährliche Welle des Stillstandes auf uns zukommen, weil viele in der Zukunft nur Ungewissheit und Risiko sehen. Um eine solche Pattsituation zu vermeiden, brauchen wir auf eidgenössischer und kantonaler Ebene eine besonnene Führung auf politischer Ebene, aber auch auf wirtschaftlicher Ebene. Nur Mitbürgerinnen und Mitbürger, die sich ernstgenommen fühlen, sind mündige Bürger.

Wenn ich gerade am Politisieren bin, so möchte ich noch auf eine in meinen Augen grosse Unsitte aufmerksam machen, die in der Schweiz um sich greift. Wenn auf der eidgenössischen Ebene Abstimmungen stattfinden und gewisse Kreise diese Resultate nicht befolgen wollen. So wurde die Abstimmung über ein bedingungsloses Grundeinkommen hoch verworfen, aber doch wird nun in der Stadt Zürich versucht, dieses Anliegen über eine Hintertüre einzuführen. Wenn dieses Beispiel Schule macht, werden Abstimmungen zur Farce und jeder macht, was er will. Damit wäre einer der wichtigsten Pfeiler unseres Erfolges, nämlich die politische Stabilität, eingerissen.

Die beiden Investitionen in die Zukunft, die die Lindenapotheke im November 2017 tätigte – die Integration der Postagentur in die Apotheke in Unterentfelden und die Neueröffnung der Apotheke im Suhre Park – basieren auf dem Glauben an diese Stabilität. Es sind auch Investitionen in die Zukunft der Arbeitsplätze. Die Hoffnung stirbt zuletzt,

dies glaubt und meint Ihr Lindenapotheker

Dr. Andreas Brunner

Ratgeber

Alles klar mit Ihren Medikamenten?

Hier ein paar winzige Pillen, dort eine Kapsel, zum Runterspülen ein Schluck Hustensaft und dann noch ein schmerzstillendes Pflaster auf die Schulter – alles kein Problem. Oder etwa doch?

Die runde Weisse verträgt sich nicht mit der langen Grünen. Und die blaue Kapsel darf man keinesfalls zusammen mit den roten Tabletten einnehmen – oder war es umgekehrt? Es ist nicht einfach, den Überblick zu behalten, wenn man mehrere Medikamente einnehmen muss. Doch nur, wenn die Mittel korrekt angewendet werden, entfalten sie ihre volle gewünschte Wirkung. Einnahmefehler mindern nicht nur den Therapieerfolg, sondern können sogar ein erhebliches Gesundheitsrisiko darstellen.

Ich empfehle Ihnen folgenden Weg zur Medikamentensicherheit:



Nicole Woodtli

eidg. dipl. Apothekerin, Verwalterin Lindenapotheke
Suhre am Bach

Persönliche Beratung in der Apotheke

In der Apotheke beraten wir Sie persönlich und ausführlich über die richtige Einnahme Ihrer Medikamente. Falls etwas unklar ist, zögern Sie nicht, dies sofort anzusprechen! Bei Unklarheiten oder Wechselwirkungen werden wir wenn nötig sofort mit dem Arzt Kontakt aufnehmen.

Mit unserer Kundenkarte haben Sie ausserdem die Sicherheit, dass sich Ihre vom Arzt verschriebenen Medikamente mit der gekauften Kopfschmerztablette oder dem Hustensirup verträgt.

Sicherheit verbessern mit dem Polymedikations-Check

Wenn Sie mehrere Medikamente gleichzeitig über einen längeren Zeitraum einnehmen, ist dies sicherlich nicht immer einfach. Wir unterstützen Sie dabei mit Hilfe des Polymedikations-Checks. Das persönliche Gespräch mit

Signale meines Körpers erkennen

Im persönlichen Dialog mit Ihrer Lindenapothekerin



Vorschläge aus der Apotheke für kleine «Oho-Entscheidungen»

Das Thema Gesundheit wird traditionell gegen Jahresende nicht nur für akut oder chronisch kranke Menschen aktuell, auch Gesunde sehen sich einer Auseinandersetzung gegenübergestellt. In den meisten Fällen drehen sich die Diskussionen um die stetig wachsenden Kosten unseres Gesundheitswesens, sprich höheren Prämien für den Einzelnen. Im Folgenden soll es nicht um das Ausmachen von Schuldigen gehen, sondern darum, wie wir alle unseren vielleicht kleinen persönlichen, aber in der Summe bedeutsamen Teil durch intelligente Entscheidungen im Gesundheitsalltag beitragen können.

1. Kenne ich meine Gesundheit?

Jeder Mensch ist ein Individuum und reagiert in bestimmten Situationen auf unterschiedliche Weise. Lebensumstände und Verhaltensgewohn-

heiten bestimmen in vielen Fällen auch die direkte Auseinandersetzung mit Gesundheitsthemen. Das beeinflusst, wie auf gesundheitliche Probleme reagiert wird. Manche Menschen kennen ihren Körper besonders gut und behelfen sich bei auftretenden Problemen selbständig, beispielsweise wenn sich eine Erkältung bemerkbar macht. Andere suchen zur Sicherheit Unterstützung durch eine medizinische Fachperson. Hier empfiehlt sich der Gang in eine von den über 3000 Apotheken in der Schweiz. Alle Kunden erhalten hier rasch Hilfe bei gesundheitlichen Beschwerden. In gravierenden Fällen weisen die Apotheker ihre Kunden an eine geeignete Fachperson weiter. So könnten wir schon in der medizinischen Grundversorgung

der Apothekerin findet in unserem Beratungsraum in diskreter Atmosphäre statt. Sie erhalten verständliche Antworten auf all Ihre Fragen betreffend Einsatzgebiet und Einnahme Ihrer Medikamente. Sie wissen anschliessend Bescheid über Verträglichkeit und Dosierungen und Sie erhalten einen umfassenden Überblick über Ihre rezeptpflichtigen und rezeptfreien Medikamente. Sie lernen Ihre Medikamente besser kennen und können sie besser voneinander unterscheiden. Bei vielen Unsicherheiten kann die Apothekerin im Anschluss an den Polymedikations-Check ein Wochendosiersystem vorschlagen.

Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen, wenn der Patient mindestens vier verschiedene kassenpflichtige und ärztlich verordnete Medikamente während mindestens drei Monaten einnehmen muss. Es werden zwei Beratungsgespräche pro Jahr bezahlt.

Ihr persönlicher Wochenblister

Wenn Sie beim Richten Ihrer Medikamente den Überblick verloren haben oder zwischendurch die Einnahme vergessen, dann helfen wir Ihnen gerne. Wir übernehmen das Abfüllen Ihres persönlichen Wochenblisters.

Interessiert? Dann melden bei uns in der Apotheke und wir werden Ihnen unseren Service persönlich vorstellen.



Zeit und Geld sparen. Gerade die im Winter typischen Krankheiten wie Husten, Halsschmerzen oder Schnupfen lassen sich meistens gut in der Apotheke therapieren, sollten keine Warnsymptome vorliegen.

2. Erste Hilfe?

Unsere Erfahrung ist, dass sich Notfallsituationen bei einer frühzeitigen Abklärung in der Apotheke oder beim Hausarzt oftmals vermeiden liessen. Wir raten insbesondere im Hinblick auf das Wochenende oder Feiertage ein vorausschauendes Handeln unserer Kunden. Natürlich lassen sich auf diese Weise nicht abschliessend alle Notfallkonsultationen vermeiden. Jedoch könnten etliche Besuche in der Notfallstation des Spitals vermieden werden.

3. Was gibt Ihre Hausapotheke her?

Ein guter Überblick über die bestehende Hausapotheke oder die Kenntnis der bereits bestehenden Medikation hilft, die Ausgaben im Bereich der Arzneimittel zu reduzieren. Oftmals werden Medikamente zurückgebracht, die doppelt oder sogar dreifach in der Hausapotheke vorhanden sind. Ein und derselbe Wirkstoff versteckt sich hinter verschiedenen Medikamentennamen, wir geben gerne und jederzeit Auskunft. Wir wissen ebenfalls Bescheid, ob es eine kostengünstige Alternative, also ein Generikum, gibt. Siehe dazu auch den speziellen Beitrag auf Seite 6.

4. Prävention

Apotheken bieten immer breitere Vorsorgedienstleistungen und Gesundheitsmessungen an. Je mehr Sie beispielsweise über Ihr Herz-Kreislauf-Risikoprofil Bescheid wissen, desto besser lassen sich entsprechende Therapiemassnahmen planen und individuelle Vorsorgebetreuungen gegen Hirn-schlag, Arteriosklerose oder Herzinfarkt vornehmen. Gemeinsam für mehr persönliches Gesundheitswissen und mündige und sinnvolle Gesundheitsplanung.



2× in Suhr für Ihre Gesundheit

Im Gespräch mit Nicole Woodtli und Rachel Zimmermann



Nicole Woodtli, Verwalterin Suhr am Bach



Rachel Zimmermann, Verwalterin Suhre Park

Stellt Euch bitte kurz vor, Eure Verbindung zu Suhr, was ist an Suhr Eurer Meinung nach einzigartig...

Nicole Woodtli: Mein Name ist Nicole Woodtli, ich bin seit 2003 in der Lindenapotheke am Bach als Apothekerin tätig, am 1. September 2017 habe ich die Leitung der Apotheke übernommen. Daneben, dass ich seit bald 15 Jahren in Suhr arbeite, habe ich auch während 7 Jahren in Suhr gewohnt. Suhr ist sehr attraktiv, denn Suhr hat alles, was man braucht. Suhr bleibt nicht stehen, das jüngste Beispiel ist ja der Suhre Park als attraktives Wohn- und Geschäftsquartier.

Rachel Zimmermann: Vor zwei Jahren suchten mein Freund und ich einen Ort, der mit den öffentlichen Verkehrsmitteln gut erschlossen ist, der Natur in der Nähe hat und dennoch gute Einkaufsmöglichkeiten und ein angenehmes, bezahlbares Wohnen ermöglicht. Das alles bietet uns Suhr und noch viel mehr. An der Suhre kann man schön joggen oder im Obertel spazieren gehen. Auch dass man in 15 Minuten mit dem Velo in Aarau ist, schätze ich sehr. Suhr hat die Vorzüge eines Dorfes und aber auch die Nähe zur Stadt. Was Suhr für mich einzigartig macht, sind seine Menschen, ich höre die Kinder draussen spielen, kann mich mit den Nachbarn austauschen. Wir sind alle verschieden und geniessen den Ort, an dem wir leben.

Nicole, die Lindenapotheke am Bach existiert seit einigen Jahren. Was kann die Kundschaft von/in Deiner Apotheke erwarten, was macht Euch aus?

Nicole Woodtli: Die Geschichte der Lindenapotheke am Bach reicht weit zurück. Vor 25 Jahren übernahm Erich Kunz die Apotheke und baute

diese komplett um. Aber schon davor war hier eine Apotheke beheimatet, damals noch unter der Leitung von Max Hüni. Seit zwei Jahren gehören wir zur Lindengruppe. Mein Team ist jeden Tag motiviert, den Kundinnen und Kunden die bestmögliche Lösung zu bieten – egal in welcher Gesundheitsfrage.

Wie wird Eure Zusammenarbeit aussehen? Welche Apotheke hat welche Spezialisierungen? Habt Ihr ein unterschiedliches Sortiment? In welchen Bereichen?

Nicole Woodtli: Obwohl unser Sortiment natürlich in vielen Bereichen zu vergleichen ist, wollen wir uns ergänzen statt uns zu konkurrenzieren. Die Lindenapotheke am Bach wird den eingeschlagenen Weg weiterführen mit Beratungen im Bereich Homöopathie, Schüssler-Salzen und Vitalstoffen.

Rachel Zimmermann: Das allerwichtigste ist Kommunikation, damit wir unsere Synergien gemeinsam nutzen können.

Wir im Suhre Park haben eine Drogistin, die unser Team mit Apothekerinnen und Pharma-Assistentinnen in den Bereichen Naturheilmitteln, Reinigungsprodukte oder Produkte gegen Ungeziefer unterstützt. In der dermocosmetischen Hautpflege setzen wir auf Caudalie, Vichy, La Roche-Posay und viliv. Louis Widmer dürfen unsere Kunden gerne in der Apotheke am Bach beziehen. Das Verblistern von Medikamenten in einen Wochenblistern übernimmt die Apotheke am Bach. Im Suhre Park wird neu «Migränelind» (Zäpfchen) aus unserer Hausspezialitäten-Linie hergestellt. Sowohl im Suhre Park als auch am Bach kann man Rezepte einlösen und sich zu verschiedenen gesundheitlichen Themen beraten lassen.

Wo seht Ihr Vorteile für Eure Kundschaft, wenn es in Suhr zwei Lindenapotheken gibt, die Hand in Hand arbeiten?

Nicole Woodtli: Wir werden versuchen, für den Kunden die schnellste und einfachste Lösung zu suchen und uns gegenseitig darin unterstützen.

Rachel Zimmermann: Wir haben verschiedene Öffnungszeiten, so können wir länger für unsere Kunden da sein. Dadurch, dass wir Einblick in das jeweilig andere System haben, ist es kein Problem, Rezepte zu repetieren oder die Medikament-History zu konsultieren. Weil wir zum Teil andere Sachen im Sortiment haben, ergänzen wir uns sehr gut.

Rachel, Du wirst die Apotheke im neuen Suhre Park führen. Welche Vorteile siehst Du durch den Standort in einem Einkaufs- und Wohncenter?

Rachel Zimmermann: Alles in einem: die Kunden können in der Tiefgarage gut parkieren und ihre Lebensmitteleinkäufe und den Gang zur Apotheke unter einem Dach tätigen, auch bei schlechtem Wetter. Im Suhre Park werden noch viele weitere Dienstleistungen und Produkte angeboten. Das Center lädt auch zum Flanieren ein.

Für meine Mitarbeiterinnen freut es mich, dass sie einen guten Anschluss an den öffentlichen Verkehr haben, in einer neuen Apotheke mit einem Warenbewirtschaftungsroboter arbeiten und sie für den Verkaufsbereich sehr angenehme Arbeitszeiten haben. Wir werden mit einem kleinen Team starten, und da gilt es, einander unter die Arme zu greifen. Ich freue mich auf die Herausforderung, mit meinem Team die Kunden im Suhre Park gut und freundlich zu beraten.

Neue Filiale in Suhr

Impressionen aus dem Suhre Park

Wie beurteilt Ihr die Rolle der Apotheke für die medizinische Grundversorgung?

Nicole Woodtli: Ich denke, die Apotheke erwartet eine spannende Zukunft. Als erste Anlaufstelle im Gesundheitswesen versuchen wir, die Ärzte und Notfallstationen zu entlasten, um dadurch direkt die Kosten im Gesundheitswesen zu drosseln. Bei Akutpatienten nehmen wir ohne Wartezeit oder Terminvereinbarung eine erste medizinische Triage vor. Das heisst, ich als Apothekerin entscheide aufgrund der Symptomschilderung des Kunden, ob ich in der Apotheke die medizinische Versorgung vornehme oder ihn an eine geeignete Fachperson, zum Beispiel einen Arzt, weiterverweise.

Rachel Zimmermann: Wir spüren, dass sich die Rolle von uns Apothekern und Apothekerinnen wandelt. Das Wirkungsfeld einer Apotheke wird breiter. Unser Apothekenalltag steckt voller kleiner und grosser Gelegenheiten, Gutes weiter zu verbessern. Das treibt uns an, unsere Kunden als vertraute Bezugspersonen zu unterstützen und laufend nach neuem Verbesserungspotenzial zu suchen. Neben der Betreuung mit Medikamenten und Naturheilmitteln erweitern wir unser Aufgabengebiet laufend: Wir bieten zum Beispiel den HerzCheck® und das Richten von Medikamentendossetts an, um die Medikamenteneinnahme zu vereinfachen. Weitere Dienstleistungen sind das Messen von Blutzucker und Blutdruck, das Anmessen von Kompressionsstrümpfen, Wundversorgung und vieles mehr. Fragen Sie ungeniert nach, wir sind gerne für Sie da – für unkomplizierte und überzeugende Lösungen mit Mehrwert in Gesundheitsfragen.

Wie sieht Eure Zusammenarbeit mit den ansässigen Ärzten und anderen Gesundheitsinstitutionen aus?

Nicole Woodtli: Das Verhältnis mit den Suhrer Ärzten ist ideal. Bei Unklarheiten betreffend Medikation reicht ein kurzes Telefonat und das Problem kann bereinigt werden. Ausserdem arbeiten wir eng mit der Spitex zusammen: Wir stellen jede Woche die benötigten Medikamente für ihre Patienten bereit.

Rachel Zimmermann: Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit Ärzten, Spital, Spitex und anderen Dienstleistern im Gesundheitswesen. Eine besondere Konstellation ist ja, dass die Kinderärzte Dr. Etter und Dr. Brunschwiler ihre Praxen in den Suhre Park zügeln. Näher geht fast nicht. Das kommt wiederum der Kundschaft zugute.

Am 30. November öffnete das neue Einkaufszentrum in Suhr an der Bärenkreuzung, der Suhre Park, seine Pforten. Und wir als Lindenapotheke dürfen mittendrin mitmischen. Nach gelungener Bauzeit eröffneten wir eine Apotheke in frischer und innovativer Erscheinung. Rachel Zimmermann, die Verwalterin der Lindenapotheke Suhre Park, freut sich auf die neue Aufgabe ihres Teams: «Als neuster Spross der Lindenfamilie freuen wir uns, Sie herzlich willkommen zu heissen, denn Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.» Für uns ist es wichtig, mit diesem zweiten Standort die Suhrer Bevölkerung in bewährter Lindenapotheken-Manier in allen Gesundheitsthemen zu unterstützen.



Das Team der Lindenapotheke Suhre Park v. l. n. r.: Rebekka Zehnder, Fabienne Hunziker, Kim Steiner, Gertrud Randon, Julia Amsler, Esther Petitpierre, Zoi Ajeti, Rachel Zimmermann.



Was ist ein Generikum?

Wenn ein Medikament das Patent verliert, darf davon eine günstigere Alternative angeboten werden – ein sogenanntes Generikum. Generika beinhalten die gleichen Wirkstoffe wie die Originale und unterliegen auch den genau gleich strengen Qualitäts- und Sicherheitsanforderungen – allerdings mit dem grossen Unterschied, dass Generika durchschnittlich 25% günstiger sind.

Quelle: Sandoz



Generika – sorgenlos clever sparen

Entscheiden Sie sich in der Apotheke gegen hohe Medikamentenpreise



Von Isabelle Brunner, Apothekerin, Mitglied der Geschäftsleitung

Günstiger, aber nicht zweitklassig

Wegen der Einsparungen im Gesundheitswesen werden Generika und die Substitution durch das EDI (Eidgenössisches Department des Inneren) gefördert. Der Grund ist simpel: Generika sind günstiger. Der Wirkstoff, der im Generikum verwendet wird, entspricht exakt jenem des Originalpräparates.

Gemeinsame Entscheidung

Ich als Apothekerin kann ein Originalpräparat nach eingehendem Informationsaustausch, Beratung und Absprache mit dem oder der Patient/in durch ein geeignetes Generikum ersetzen. Aus Dokumentationszwecken informiere ich den zuständigen Arzt über die Wahl des Medikaments. Eine Ausnahme ist es, wenn der Arzt explizit die Abgabe des Originals verlangt! Das wird

handschriftlich auf dem Rezept «aus medizinischen Gründen nicht substituieren» vermerkt. Die Krankenkasse muss diese Bemerkung akzeptieren und Ihnen das Originalpräparat zahlen.

Wir beraten Sie eingehend

Im Kundenkontakt ist es für mich wichtig, durch eine fundierte Informationsvermittlung und nachhaltiges Herausspüren der Haltung der Patienten, die Angst vor einer Substitution zu nehmen. Der Wechsel auf ein Generikum ist in den meisten medikamentösen Therapien unkompliziert möglich. Meines Erachtens ist aber entscheidend, dass der Patient mit dem Wechsel einverstanden ist. Nur so wird der maximale Behandlungserfolg gewährleistet. Meine Erfahrung zeigt, dass überzeugte Patienten Medikamente regelmässig einnehmen und die Therapie durchziehen.

«Ich versichere Ihnen, Generika sind in Bezug auf Verträglichkeit, Wirksamkeit und Sicherheit mit dem Original austauschbar. Die Medikamente durchlaufen strenge Tests.»

Wieso sind Generika günstiger?

Der Kostenunterschied der Medikamente ist darin begründet, dass bei der Generika-Herstellung Wirkstoffe eingesetzt werden, die sich während vieler Jahre bewährt haben. Die Entwicklung von Originalmedikamenten ist mit einem hohen Forschungsaufwand verbunden. Der Patentschutz, der 20 Jahre gültig ist, garantiert vergleichsweise hohe Preise und sichert die Kostendeckung für Forschung und Entwicklung. Erst nach Ablauf der 20 Jahre dürfen überhaupt Generika mit dem entsprechenden Wirkstoff hergestellt und verkauft werden.

Ich wiederhole nachdrücklich, dass Sie als Patient entscheiden, welches Medikament Sie einnehmen wollen. Je nachdem kommt ein höherer Selbstkostenanteil bei der Krankenkassenabrechnung hinzu. Mir als Apothekerin ist es wichtig, Ihnen zu versichern, dass ein mulmiges Gefühl oder sogar Angst vor einer Substitution nicht nötig sind. Sie erhalten den gleichen Wirkstoff, aber aufgrund der oben beschriebenen Gesetze und Abläufe zu einem niedrigeren Preis. Ihre Gesundheit ist das oberste Ziel. Gemeinsam entscheiden wir, was für Sie das Richtige ist.

aus den Filialen

Unterentfelden Post ist jetzt offiziell Postagentur



Die Eröffnung der offiziellen Postagentur wurde bei Suppe und Spatz mit der Bevölkerung und einem Ständchen der MG Unterentfelden gebührend gefeiert.



Rückblick Gwärbi Schöffland



Auch drei Monate nach der Schöffler Gwärbi – notabene wurde das 100-Jahr-Jubiläum des Handwerker- und Gewerbevereins Schöffland gefeiert – ist die Begeisterung innerhalb der beiden Schöffler Lindenteams spürbar. Die monatelange gemeinsame Vorbereitungszeit hat sich mehr als gelohnt. Unser Stand stiess bei Gross und Klein auf Interesse. Es entstanden insbesondere zum Thema Sondermüll, auf das wir sensibilisieren wollten, spannende Gespräche. Das zeigt unter anderem die rege Beteiligung an unserem Wettbewerb zum Thema Abfallentsorgung.

Der Gwärbi-Wettbewerb der Lindenapotheke in Zahlen:

- Das Glas enthielt 9239 Tabletten/Kapseln/ Dragées
- Es wurden 1095 Wettbewerbstalons ausgefüllt.
- Die Gewinnerin verschätzte sich um 3 Stück.
- 8 TeilnehmerInnen warfen die Zahl 9999 ein
- 9 TeilnehmerInnen warfen die Zahl 10000 ein.

Herzlichen Dank an die Verantwortlichen und besonders an unsere Kundinnen und Kunden.

Attraktiv waren wir an der Gewerbeausstellung Schöffland vertreten, und unsere Aktivitäten am Messestand fanden bei Gross und Klein Anklang.

Mepha-Generika – für fast jedes Original eine Alternative.



Gute Medikamente zu gesunden Preisen

www.mepha.ch

Fragen Sie nach günstigen Mepha-Generika.

Die mit dem Regenbogen

mepha



Blasenentzündung ade!

FEMANNOSE® – zur Akutbehandlung & Vorbeugung

- **Wirkt rasch in der Blase**
Wirkeintritt bereits nach einer Einnahme möglich
- **Sehr gute Verträglichkeit**
Dank D-Mannose
- **Keine Resistenzbildung**
Keime werden inaktiviert und ausgeschieden

NR. 1*
IN APOTHEKEN UND DROGERIEN



* IMS Microdaten YTD Juni 17 wertmässig im D-Mannose Markt
Medizinprodukt CE 0426 | Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.
Meisana AG, 8004 Zürich, www.femannose.ch
Förderkreis-Mitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Blasen Schwäche



«S Grosi het ame scho no gwösst wie!»

Tipps und Tricks aus Grossmutter's Zeiten von Drogistin Simone Hediger

Unter dieser neuen Rubrik möchte ich alt bewährte Haushalthelfer und Tipps wiederaufleben lassen. Viele nützlichen Tipps und Tricks sind im Laufe der Zeit mit immer neuen Mitteln und den verschiedenen Booms verloren gegangen. Das ist sehr schade, denn oft hat man die Notfallhelfer bereits zu Hause und weiss nicht mehr wie anwenden oder erinnert sich überhaupt nicht daran, dass man diese Artikel auch anders als gewohnt nutzen kann. Dem schaffen wir nun Abhilfe!

Hier die ersten Tipps und Tricks – hätten Sie's gewusst?



Kerzenwachsflerken

Wie schön ist doch die Weihnachtszeit, abends kuschelig warm mit einem leckeren Tee, einem spannenden Buch bei Kerzenschein den Abend geniessen. Aber da, hoppla! Und schon hat man die Kerze mit dem flüssigen Wachs umgestossen oder etwas zu fest gepustet beim Ablöschen der Kerze, und die ganzen Wachstropfen sind auf dem Teppich oder auf einer Tischdecke verteilt. Was nun?

Legen Sie ein Löschblatt auf die Wachstropfen und fahren Sie mit einem warmen Bügeleisen darüber, bis das Löschblatt den Wachs aufgesogen

hat. Danach befinden sich wahrscheinlich noch Fettflecken, ggf. Farbflecken auf dem Textil, diese werden mit einem Fleckenspray auf Fleckenbenzinbasis entfernt. Somit steht dem nächsten gemütlichen Abend bei Kerzenschein nichts mehr im Weg.

Wer kennt es nicht? Die Festtage stehen vor der Türe und somit kommt auch die ganze Familie zu Besuch. Da möchte man doch eine blitz blanke Wohnung vorweisen können.

Aber eigentlich hat man gar keine Zeit zum Putzen. Allerdings können auch sehr einfache Mittel zum gewünschten Erfolg führen wie Sie gleich sehen werden:

Für die Festtage steht bestimmt im Zentrum der Feier die Küche, wo der Festtagsbraten und die kulinarischen Köstlichkeiten zum Verwöhnen der Gäste entstehen.



Sauberer Backofen

Damit der Backofen in tadellosem Zustand ist, nehmen Sie einen angefeuchteten Schwamm und geben pure Schmierseife darauf. Nun tragen Sie die Schmierseife im ganzen Backofeninnenbereich auf, lassen Sie diese über Nacht einwirken und am nächsten Morgen spülen Sie den Backofen mit

einem Lappen und viel Wasser wieder aus. Somit lassen sich eingetrocknete Fettflecken sehr gut entfernen.



Dunstabzugshaube entfetten

Damit Sie die Dunstabzugshaube entfetten können, geben Sie der Schmierseife noch Natriumcarbonat hinzu, das Sie zuvor in heissem Wasser aufgelöst haben. In dieser Lösung kann das Fett auch über Nacht gut gelöst und am nächsten Tag mit Wasser und einem Lappen entfernt werden. Hier ist wichtig, dass Sie Ihre Hände mit Handschuhen schützen.

Haben Sie weitere Fragen zu Fleckenentfernungen oder «alten Hausmittelchen» zum Putzen? Dann fragen Sie Ihre Drogistin, wir helfen Ihnen gerne weiter.

Und nun wünsche ich Ihnen schöne Festtage und einen guten, sauberen Rutsch ins 2018.



Simone Hediger, seit 2009 Drogistin in der Lindenapotheke Schöffland im Park, wird in den nächsten Ausgaben des «Lindenblatts» für Sie tief in Grossmutter's Trickkiste greifen und aufzeigen, wie einfache Mittel zu Hause zu Notfallhelfern werden.



«Die Blumen des Frühlings
sind die Träume des Winters.»
Khalil Gibran

ab lindenapotheke ag
schinhuetweg 5
5035 unterentfelden
062 737 46 37

ab lindenapotheke ag
jurastrasse 12
5035 unterentfelden
062 723 88 00

ab lindenapotheke ag
muhenstrasse 11
5036 oberentfelden
062 737 55 25

ab lindenapotheke ag
mitteldorf 4
5102 rupperswil
062 897 33 48

lindenapotheke ag
dorfstrasse 13
5040 schöftland
062 748 10 10

lindenapotheke ag
dorfstrasse 38
5040 schöftland
062 738 80 00

ab lindenapotheke ag
füllinsdorf
hauptstrasse 2
4414 füllinsdorf
061 901 72 32

lindenapotheke
apotheken kunz ag
liebbrütistrasse 39
4303 kaiseraugst
061 811 44 52

lindenapotheke
apotheken kunz ag
bahnhofstrasse 26
4143 dornach
061 702 02 04

lindenapotheke
apotheken kunz ag
bachstrasse 1
5034 suhr
062 855 50 10

lindenapotheke ag
tramstrasse 2
5034 suhr
062 825 40 80

Jubilarinnen

wir gratulieren und danken

Kompetente und einfühlsame Fachpersonen sind für die Lindenapotheke von grösster Bedeutung. Wir danken unseren langjährigen Mitarbeiterinnen für die Zusammenarbeit herzlich.

25 Jahre Sandra Suter, Pharma-Assistentin
Lindenapo Schöftland im Zentrum

15 Jahre Sandra Aerni, Pharma-Assistentin
Lindenapo Schöftland im Zentrum

Kommen und Gehen

wir begrüssen und verabschieden

Von den Auszubildenden, die im Juni ihre Lehrzeit beendet haben, ist **Melanie Gyger** nun in Schöftland anzutreffen, und zwar in der Lindenapotheke im Park.

Per Ende 2017 scheiden mit **Ilona Oser** und **Stefanie Wassmer** zwei langjährige und bewährte Pharma-Assistentinnen aus. Bei beiden geben familiäre Gründe den Ausschlag für den Weggang. Wir bedauern beide Abgänge und wünschen alles Gute. In der Lindenapotheke in Dornach wird Ilona Oser durch **Beata Dobo** ersetzt. Sie hat ihren Dienst bereits im November angetreten. Viel Glück!

In der Lindenapotheke in Oberentfelden wird **Kim Steiner**, die in die neueröffnete Apotheke im Suhre Park umzieht, durch **Nadine Hilfiker** ersetzt.

Bei den Apothekerinnen sind einige neue Gesichter auszumachen. **Clara Schölly** ist in Rupperswil anzutreffen. Sie nimmt dort die Stelle von **Rachel Zimmermann** ein, die die Verwaltung in der neuen Apotheke im Suhre Park übernimmt. Ab Januar 2018 wird auch **Nadine Cazzato** nach ihrem Mutterschaftsurlaub wieder in der Apotheke anzutreffen sein.

In Füllinsdorf hat am 1. November **Susanne Melileo** begonnen, sie nimmt die Stelle von **Gerda Birrer** ein. **Fabienne Hunziker**, die in der Apotheke im Zentrum in Schöftland ihr letztes Jahr vor der Abschlussprüfung zur Apothekerin absolviert hatte, ist in Zukunft in Schöftland und in Suhr anzutreffen. Gleichzeitig gratulieren wir herzlich zur bestandenen Prüfung. Auch in Suhr begonnen hat **Esther Petitpierre** als Pharma-Assistentin; ebenso in Suhr hat bereits am 1. Oktober **Zoi Stilpnopoulou** als Apothekerin begonnen. Sie wird in Zukunft in beiden Suhrer Apotheken anzutreffen sein. Zu guter Letzt stiess am 1. Dezember **Nicole Aregger** zu unserem Team. Sie wird in Dornach und in Entfelden anzutreffen sein.

Wir freuen uns, alle diese neuen Gesichter bei uns zu begrüssen, und wünschen allen gutes Gelingen.



Hinweis

Neu kosten in der Lindenapotheke ab 2018 die

Plastiksäckli 5 Rappen.

Die Lindenapotheken bieten aber als Überraschung am 23. Dezember 2017 eine nachhaltige und wiederverwertbare Alternative – kommen Sie vorbei.