

7

Frauenleiden und Verhütung

Über manche gesundheitlichen Themen spricht sich's von Frau zu Frau einfach leichter. Daher haben Sie gegenüber Ihren männlichen Kollegen im HV bei der Rezeptbelieferung von frauenspezifischen Medikamenten einen klaren Vorteil. Wie Sie diesen dazu nutzen können, um Ihren Kundinnen sinnvolle Zusatzinfos zu den ausgehändigten Medikamenten mit auf den Weg zu geben, welche Formulierungen dazu geeignet sind und wie man überhaupt den Draht zur Kundin aufbaut – das sollen Ihnen unsere vorgestellten „Frauen-Rezepte“ genauer zeigen.

7.1 Vaginalmykose

Die Kurzzeitbehandlung von Vaginalmykosen ist zwar auch in der Selbstmedikation möglich. Dennoch suchen manche Frauen zunächst ihren Gynäkologen auf. Wenn die Scheidenpilzsymptome bei einer Kundin zum ersten Mal auftreten, ist für sie der Gang zum Arzt ohnehin notwendig. Dieser verschreibt dann oft ein Präparat, das auch Sie in der Beratung empfohlen hätten. Obwohl die Medikamentenauswahl der Arzt dann also schon erledigt hat, bleibt für Sie in der Beratung aber meist trotzdem noch genügend Arbeit übrig.

Vaginale Pilzinfektionen gehören zu den häufigsten Frauenleiden: Über 70 % aller Frauen sind mindestens einmal im Leben davon betroffen. Manche müssen sich immer wieder mit dieser an sich harmlosen, aber extrem lästigen Erkrankung herumschlagen. Während Vaginalmykosen für Sie in der Apotheke zum Alltag gehören, ist dieses Thema Betroffenen oft sehr peinlich. Ein Grund: Viele betrachten dieses Leiden fälschlich als Geschlechtskrankheit. Eine Ansteckung beim Partner ist zwar möglich, aber eher selten. Klären Sie daher verunsicherte Kundinnen auf: Gewöhnlich holt man sich Vaginalpilze nicht, man hat sie! Denn auch bei Gesunden kommen sie in geringer Zahl auf der Haut und den Schleimhäuten des Magen-Darm-Trakts, der Mundhöhle oder der Vagina vor. Zu Symptomen einer Vaginalmykose kommt es erst, wenn sich Pilze übermäßig vermehren. In 90 % aller Fälle ist der Hefepilz *Candida albicans* der Übeltäter.

AOK Westost			Rezeptnummer 011208		Arztbescheinigungsnummer +2244880+	
Name, Vorname des Versicherten Göbel, Michaela			Geburtsdatum 28.07.72		Geburtsort 2 1, 6 2	
Raschweg 133/2 50124 Oberbrennen					Arztbescheinigungsnummer 3 7 6 6 1 3 9	
3034000 21148262 1000 1					8,35	
8072826 08/13 0 1 . 1 2 . 0 8					0 3 2 5 7 8 8	
					13,27	
Rp. (Bitte Lesartumschreiben) Kadefungin 3 KPG 1 Vagiflor Vaginalsupp. 6 Apotheke am Markt, 50122 Unterbrennen 01.12.08 <small>Dieses Rezept können Sie (nicht) zur Erstattung bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse einreichen.</small>						
					Dr. Heiner Femin, Arzt für Frauenheilkunde, Damenweg 11, 50122 Unterbrennen <small>Unterschrift des Arztes</small>	

Schlagartiger Beginn

Bei gesundem Immunsystem kann die physiologische, pH-saure Scheidenflora mit Millionen von Lactobazillen normalerweise *Candida albicans* gut in Schach halten. Ist jedoch die Immunlage instabil (z.B. bei Diabetes, Cortisontherapie) oder wird das Scheidenmilieu gestört (z.B. durch Antibiotikaeinnahme, Hormonschwankungen, ungeeignete Intimpflege, Stress), kann sich der Hefepilz rasant vermehren. Dies spürt frau an plötzlich auftretenden typischen Symptomen: Juckreiz, Brennen, Rötung, krümeliger Ausfluss (der im Gegensatz zu bakteriellen Infektionen fast geruchlos ist). Leider verschwindet ein Vaginalpilz praktisch nie von selbst. Medikamentöse Maßnahmen sind also in der Regel unumgänglich.

Für Ihren Hinterkopf

Vaginalmykosen werden gewöhnlich lokal behandelt. Dabei kommt häufig das Breitbandantimykotikum Clotrimazol (z.B. in KadeFungin®) zum Einsatz. Clotrimazol ist ein Imidazolderivat, das die Biosynthese von Ergosterol, einem essenziellen Baustein der Pilzzellmembran, hemmt (fungistatische Wirkung). In höheren Konzentrationen soll Clotrimazol auch direkt die Zellmembran verändern und so zur Zellyse führen (fungizide Wir-

kung). Aufgrund seiner geringen Resorptionsquote sind systemische Nebenwirkungen bei Clotrimazol-haltigen Vaginalia sehr unwahrscheinlich.

Vagiflor® Zäpfchen enthalten gefriergetrocknete Kulturen des Milchsäurebakteriums *Lactobacillus acidophilus* mit 10^7 bis 10^8 lebensfähigen Keimen/g. Diese sollen die Vaginalschleimhaut besiedeln und damit pathogene Keime wie z.B. *Candida albicans* verdrängen oder abhalten. Außerdem helfen die zugeführten Lactobazillen der körpereigenen Scheidenflora bei der Milchsäureproduktion und fördern damit die Wiederherstellung oder Aufrechterhaltung des sauren pH-Milieus.

■ Mit Vaginaltabletten richtig umgehen

Frau Michaela Göbel* übergibt Ihnen etwas zerknirscht ein Rezept: „Erst musste ich kürzlich ein Antibiotikum gegen meine Bronchitis nehmen und nun habe ich mir das eingehandelt!“ Sie spannen so den Bogen zum Beratungsgespräch: „Leider beeinträchtigt ein Antibiotikum manchmal die Scheidenflora, so dass sich dort siedelnde Pilze plötzlich vermehren und unangenehme Beschwerden auslösen können.“ Für Frau Göbel ist nun wichtig zu erfahren, dass ihr das vaginal anzuwendende Antimykotikum KadeFungin® bei korrekter Anwendung rasch spürbare Linderung bringt. Erklären Sie ihr deshalb – was in der Arztpraxis oft zu kurz kommt – das praktische Handling des Medikaments: „Dieses Präparat enthält neben einer Creme für die äußeren Bereiche auch Vaginaltabletten zum Einführen in die Scheide.“ (Schon so manche Vaginaltablette soll aus Unkenntnis geschluckt worden sein) „Am besten führen Sie die Vaginaltabletten vor dem Schlafengehen in Rückenlage mit leicht angezogenen Beinen so tief wie möglich ein.“ Dem Präparat liegt ein Applikator bei, womit jedoch nicht jede Patientin umzugehen weiß. „Den Stab herausziehen, die Vaginaltablette am breiten Ende einsetzen und dann in die Scheide einführen. Anschließend wird der Stab bis zum Anschlag durchgedrückt und so die Vaginaltablette tief in der Scheide platziert.“ Vergessen Sie nicht, Ihre Kundin darauf aufmerksam zu machen, dass der Applikator nach jeder Anwendung zerlegt, mit warmem (nicht kochenden) Wasser sorgfältig gereinigt und getrocknet werden muss!

■ Konsequenz anwenden

Die Creme aus der KadeFungin®-Kombipackung soll Frau Göbel dagegen, sofern ihr Frauenarzt nichts anderes vorgesehen hat, 3-mal täglich anwen-

den. Dabei werden alle betroffenen äußeren Haut- und Schleimhautbereiche bis zum After dünn bestrichen. Auch wenn die kombinierte Lokalthherapie Frau Göbel ihre Beschwerden vielleicht schon nach einem Tag vergessen lässt, sollte sie Vaginaltabletten und Creme über drei Tage ohne Unterbrechung weiter konsequent anwenden. „Sonst besteht die Gefahr, dass Sie wieder von vorne anfangen müssen.“

Was es zu Vagiflor® zu sagen gibt

Hat der Frauenarzt Frau Göbel schon erklärt, wann sie mit den Vagiflor® Vaginalzäpfchen beginnen soll? Um die Wirkung der darin enthaltenen lebensfähigen Milchsäurebakterien nicht durch andere Wirkstoffe zu beeinträchtigen, empfiehlt sich ein paar Tage zeitlichen Abstand zu einer vorangegangenen antiinfektiven Therapie – mit lokalen Antimykotika genauso wie mit Antibiotika einzuhalten. „Ist die KadeFungin®-Behandlung erfolgreich abgeschlossen, beginnen Sie ein paar Tage später mit diesen Scheidenzäpfchen, die Ihre Vaginalschleimhaut wieder stärken.“ Wenn nicht anders verordnet, wird an sechs Abenden ein Vaginalzäpfchen mit dem Finger tief in die Scheide eingeführt. Während Sie in der Apotheke Vagiflor® bis zur Abgabe im Kühlschrank aufbewahren müssen, kann Frau Göbel das Präparat während des 6-tägigen Anwendungszeitraums problemlos bei Raumtemperatur lagern. Noch ein Tipp: „Da der Fettanteil aus den Vagiflor® Zäpfchen zum Großteil die Scheide wieder verlässt, empfehle ich Ihnen, während dieser Zeit Slipeinlagen zu tragen.“ Tampons sind nicht geeignet, denn sie würden auch die wirkstoffhaltige Scheidenflüssigkeit aufsaugen. Und auch das sollte Frau Göbel wissen: Im Vaginalbereich anzuwendende Medikamente können die Reißfestigkeit von Kondomen beeinträchtigen, so dass deren Sicherheit in dieser Zeit nicht gewährleistet ist.

Noch ein paar nützliche Tipps

Nachdem Sie Frau Göbel erklärt haben, dass sie die beiden nicht verschreibungspflichtigen Präparate auf Privatrezept komplett selbst bezahlen muss, können Sie das Beratungsgespräch mit Tipps zur Vaginalpilzprophylaxe Zusatzempfehlungen abrunden:

- Während einer akuten Pilzinfektion Unterwäsche, Handtücher, Waschlappen nach einmaligem Gebrauch auskochen oder Canesten® Hygiene Wäschespüler einsetzen
- Zur Intimpflege schonende, pH-saure Spezialprodukte wie z.B. Sagella®, Lactacyd®, Dercome® benutzen

- Auf eng anliegende Unterwäsche aus Kunstfasern verzichten
- Keine langen Wannenbäder mit Schaumbadzusatz nehmen
- An schwachen Menstruationstagen keine Tampons verwenden
- Keine übermäßige Intimhygiene mit Scheidenspülungen oder -sprays betreiben
- Nach dem Toilettengang auf die richtige Wischtechnik – von vorne nach hinten – achten!

7.2 Verhütungsring (Nuvaring®)

Wie war doch gleich die Anwendungstechnik beim Verhütungsring? Darf man ihn zwischendurch mal entfernen? Und warum muss man in der Apotheke das Abgabedatum auf der Faltschachtel vermerken? Wenn Ihnen auf dem Weg zur Nuvaring®-Kühlschublade schon mal derartige Fragen durch den Kopf geschossen sind, können Sie von dieser Rezeptbesprechung bestimmt profitieren.

Beim Thema „Verhütung“ haben Sie als weibliche Apothekenmitarbeiterin einen Riesenvorteil: Von Frau zu Frau, also von PTA zu Kundin, spricht es sich darüber einfach leichter – erst recht, wenn es dabei um ganz praktische Anwendungshinweise geht. So z.B. auch bei der Abgabe von Nuvaring®, dem ersten Vaginalring zur Empfängnisverhütung. Vielleicht hat der verschreibende Arzt dazu schon einiges erklärt, vielleicht aber auch nicht. Dann ist Ihr Einsatz gefragt. Halten Sie sich dafür fachlich fit und rufen Sie sich die wichtigsten Hintergrundinfos ins Gedächtnis zurück!



Abb. 7.1: Das im Nuvaring® eingebaute Wirkstoffdepot setzt kontinuierlich ein Estrogen und ein Gestagen frei, die über die Scheidenwand in den Körper gelangen.

Quelle: Essex Pharma GmbH.

Das Ringprinzip

Der biegsame, rund 5 cm große und 4 mm dünne Verhütungsring Nuvaring® besteht aus einem silikon- und latexfreien Kunststoff (Ethylenvinyl-

acetat). Das darin eingebaute Wirkstoffdepot setzt kontinuierlich ein Estrogen (Ethinylestradiol 15 µg/Tag) und ein Gestagen (Etonogestrel 120 µg/Tag) frei. Über die Scheidenwand gelangen die Hormone in den Blutkreislauf. Das Estrogen unterdrückt die Ovulation, das Gestagen verhindert den Aufbau der Uterusschleimhaut und verändert die Schleimkonsistenz im Gebärmutterhals, so dass Spermien kaum mehr eindringen können. Der Wirkmechanismus entspricht damit dem einer niedrig dosierten Pille. Entsprechend liegt der Pearl-Index für den Verhütungsring mit 0,65 in der Größenordnung einer Kombi-Pille.

privat

121108 +5227501+

Kuhn, Nathalie 03.02.75

Innerer Ring 3/1
17544 Bad Monatt

8072826

08/10 12.11.08

Rp. (Bitte Leerbüro durchstreichen)

Nuvaring Vaginalring No. 3 N2

Neue Apotheke, 17544 Bad Monatt

18.11.08

Dr. Barbara Fischer,
Ärztin für Gynäkologie
und Geburtshilfe,
Frauenlobstraße 1,
17544 Bad Monatt

Systemform MediaCard GmbH - 85209 Pilsen - Tel.: 0 80 51 / 602-330 ext. 301 ext. 348

Pearl-Index

- » Der Pearl-Index ist ein Maß für die Sicherheit einer Verhütungsmethode. Der Wert gibt an, wie viele von 100 Frauen, die ein Jahr lang eine bestimmte Verhütungsmethode anwenden, trotzdem ungewollt schwanger werden. Je kleiner der Pearl-Index, desto sicherer also die Methode.

Hilfreich für den Gesprächseinstieg

In der HV-Hektik zwar manchmal lästig, als Gesprächseinstieg jedoch geradezu ideal: Das vorgesehene Eintragen des Abgabedatums auf der Nuvaring®-Packung. Während Sie das Datum im vorgesehenen Feld notieren,

erklären Sie Ihrer Kundin: „Weil die Ringe nach 4 Monaten Lagerung bei Raumtemperatur nicht mehr verwendet werden sollen, trage ich Ihnen hier das heutige Datum sowie den letztmöglichen Einlegetermin ein. Wenn Sie das Präparat wie wir in der Apotheke ununterbrochen im Kühlschrank aufbewahren, gilt das Verfalldatum.“ Kommt von der Kundin daraufhin vielleicht nur ein „Aha“ oder „Soso“, fahren Sie unbeirrt fort: „Die kleinen Sticker aus der Packung können Sie in Ihren Kalender kleben – als Gedächtnisstütze, wann der gebrauchte Ring entfernt und ein neuer eingelegt werden muss.“ Und auch die Entsorgung des Präparats ist ein Beratungsthema: „Gebrauchte Ringe dürfen nicht in der Toilette hinuntergespült werden. Sie sollten zurück in den wiederverschließbaren Beutel und dann in den Hausmüll wandern.“

Bitte stets pünktlich

Die verschriebene Dreierpackung aus unserem Rezeptbeispiel spricht dafür, dass Frau Kuhn* den Verhütungsring nicht zum ersten Mal erhält. Hat die junge Kundin es eilig oder ist sie vielleicht doch an ein paar Infos interessiert? Sie machen ihr einfach ein Gesprächsangebot: „Das Einlegen erfordert zwar etwas Übung, doch man kann dabei eigentlich nichts falsch machen – Hauptsache, man spürt den Ring anschließend nicht.“ Der Ring wird zwischen Daumen und Zeigefinger zusammengedrückt und wie ein Tampon tief in die Scheide eingebracht. Die genaue Position hat dabei keinen Einfluss auf die sichere Wirkung. Ein Hinaufwandern in die Gebärmutter, was manche Frauen befürchten, ist anatomisch nicht möglich, da der Muttermund nur eine winzige Öffnung aufweist.

Wichtiger Hinweis: „Achten Sie darauf, den Ring immer pünktlich zur gleichen Tageszeit einzulegen und zu entfernen.“ Hat Frau Kuhn ihren ersten Ring z.B. Sonntags um 22 Uhr eingelegt, sollte sie ihn 3 Wochen später zur gleichen Uhrzeit entfernen und den neuen Ring am darauffolgenden Sonntagabend wieder gegen 22 Uhr einlegen. In der ringfreien Woche erfolgt normalerweise die Abbruchblutung.

Was frau noch wissen sollte

Manche Anwenderinnen haben Sorge, der Ring könnte aus der Scheide herausrutschen. Doch das passiert höchst selten – allenfalls mal während des Geschlechtsverkehrs, beim Entfernen eines Tampons (beides ist übrigens mit Ring problemlos möglich) oder bei starkem Stuhlgangpressen. Ihre Kundin

scheut sich vermutlich, diese Fragen anzusprechen. Geben Sie Ihr daher durch folgende Infos Sicherheit: „Normalerweise kann der Ring bei allen Aktivitäten an Ort und Stelle verbleiben. Im Ausnahmefall können Sie ihn mal für bis zu 3 Stunden entfernen. Danach oder falls er doch mal von selbst herausgerutscht sein sollte, einfach mit kaltem Wasser abspülen und wieder einsetzen.“ Dies darf jedoch nicht regelmäßig erfolgen und danach muss der Ring auf jeden Fall wieder mindestens 24 Stunden in der Scheide bleiben. Sport jeder Art – auch Schwimmen – ist mit dem Ring natürlich problemlos möglich.

Der Ring und andere Medikamente

Große Vorteile des Verhütungsringes sind: Frau muss nicht täglich, sondern nur zweimal pro Monat daran denken. Außerdem werden tägliche Hormonschwankungen vermieden. Erbrechen oder Durchfallerkrankungen gefährden die verhütende Wirkung nicht. Vaginalzäpfchen und -cremes dürfen in der Regel gleichzeitig mit dem Ring verwendet werden. Doch mögliche Wechselwirkungen mit oralen Arzneimitteln, welche die Hormonwirkung herabsetzen können, sind beim Verhütungsring genauso wie bei der Pille zu beachten (manche Antibiotika, Antiepileptika, Johanniskrautpräparate etc.). Machen Sie Frau Kuhn zum Gesprächsabschluss also unbedingt darauf aufmerksam oder fragen Sie sie nach Begleitmedikamenten. Und noch etwas: Der Verhütungsring bietet natürlich keinen Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten!

Das Wichtigste in Kürze

- » Den Ring maximal 4 Wochen bei Raumtemperatur lagern (siehe Abgabedatum), im Kühlschrank gilt das Verfalldatum
- » Gebrauchte Ringe verpackt über den Hausmüll entsorgen
- » Den Ring pünktlich stets zur gleichen Uhrzeit einlegen und entfernen
- » Nach drei Wochen folgt 1 Woche Ringpause
- » Richtig eingesetzt ist der Ring nicht spürbar
- » Ausnahmsweise darf der Ring für maximal 3 Stunden entfernt werden
- » Tampons, Geschlechtsverkehr, Schwimmen und Ovula stören nicht
- » Vorsicht vor systemischen Arzneimittel-Wechselwirkungen.