pharmazie sozial

Die Zeitschrift der angestellten Apothekerinnen und Apotheker

WIR APOTHEKERINNEN VAAÖ
vaaoe.at

EUR 3,00 | 4/2026 | www.vaaoe.at

„Unverzichtbare Gesundheitsexperten“
Staatssekretärin Ulrike Königsberger-Ludwig im Interview

Starker Rückenwind
VAAÖ-interne Wahl 2026

Weiterdenken – weiterentwickeln
AYP im Gespräch

Japan zu Gast in Wien
Zwei Apothekensysteme im Dialog

Österreichische Post AG/Sponsoring.Post 13Z039683S

VORTEILSPLATTFORM

EXKLUSIV FÜR VAAÖ-MITGLIEDER!

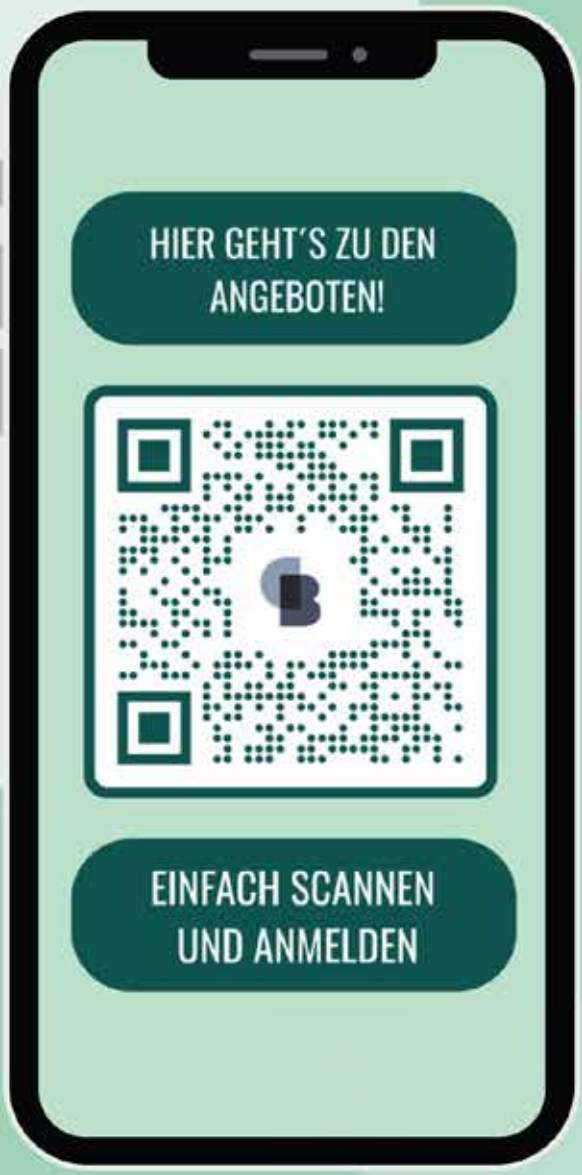
WIR APOTHEKERINNEN VAAÖ

vaaoe.at

JETZT REGISTRIEREN UND SPAREN

IHRE VORTEILE:

- Dauerhafte Preisnachlässe
- 600 Top-Markenanbieter
- Monatliche Erweiterung des Angebots



Melden Sie sich bei unserem Team unter info@vaaoe.at um den Registrierungscode zu erhalten.

WIR APOTHEKERINNEN VAAÖ

vaaoe.at

corporate benefits

26 **28**

WEITERDENKEN – WEITERENTWICKELN
Die AYP Mag.pharm. Carina Geisenfelder-Granig und Mag.pharm. Sarmed Al Manawi im Gespräch

44

AUSTAUSCH, BERATUNG & SUMMERFEELING
Der VAAÖ in Pörtschach

37

KLEINE QUÄLGEISTER IM SOMMER
Tara Update

Inhalt

4 president's corner

6 „Apotheker sind unverzichtbare Gesundheitsexperten"
Staatssekretärin Ulrike Königsberger-Ludwig im Gespräch

10 „Warum engagieren Sie sich im VAAÖ für Ihr Bundesland?"
Die VAAÖ-Landesgruppenobleute in unserer Umfrage

12 Starker Rückenwind
VAAÖ-interne Wahl 2026

19 Ruferreichbarkeit – Ihre Meinung war gefragt
Die aktuelle VAAÖ-Umfrage

22 Japan zu Gast in Wien
Zwei Apothekensysteme im Dialog

25 Der Dienstgeber-Beitrag wurde erhöht
Neues aus der Rechtsabteilung

26 „Den Apothekerberuf ein Stück weit neu denken"
Mag.pharm. Carina Geisenfelder-Granig im Gespräch

28 „Unsere Kompetenz weiterentwickeln"
Mag. pharm. Sarmed Al Manawi im Gespräch

30 Berufspolitik jenseits des Tellerrandes
15. EPhEU-Generalversammlung in Berlin

32 Die „Nullstellung" für mentale Gelassenheit
Psychohygiene

34 Hitze & Arzneimittel
Medikation mit Einfluss auf die Thermoregulation

37 Kleine Quälgeister im Sommer
Tara Update

43 Fachlektüre
„Heilpflanzen auf meinem Balkon"

44 Austausch, Beratung & Summerfeeling
Der VAAÖ in Pörtschach

46 Nachtlektüre
Unser Krimipaket 2026

47 Phytotherapie bei Hitze und übermäßigem Schwitzen
Serie: Phytos in der Apothekenpraxis

48 Gartenbohne – Phaseolus vulgaris
Serie: Arzneipflanzen einst & jetzt

50 Arbeitsrecht Quiz

51 Taramaus

9 Impressum

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

wenn ich auf den diesjährigen APOkongress in Pörtschach zurückblicke, dann nehme ich vor allem eines mit: Zuversicht.

Nicht, weil die Herausforderungen kleiner geworden wären. Im Gegenteil. Das Gesundheitssystem steht unter enormem Druck, die Begehrlichkeiten und auch die Erwartungen an eine moderne, wohnortnahe Gesundheitsversorgung steigen, qualifiziertes Personal wird knapper, gleichzeitig suchen nicht wenige Kolleginnen und Kollegen einen Arbeitsplatz …

Was mich optimistisch stimmt, sind die Gespräche mit Ihnen. In den Pausen, beim Kaffee oder am Abend. Dort wird nichts beschönigt. Dort wird offen darüber gesprochen, was gut läuft, wo der Schuh drückt und was wir als Ihre Interessenvertretung noch besser machen können. Diese Offenheit schätze ich ganz besonders. Sie zeigt mir immer wieder, mit wie viel Herzblut Apothekerinnen und Apotheker ihren Beruf ausüben. Genau darin liegt unsere größte Stärke.

Die Apothekerschaft befindet sich an einem entscheidenden Wendepunkt.

Noch nie zuvor war unsere pharmazeutische Kompetenz so gefragt wie heute. Gleichzeitig hatten wir auch noch nie so viele Möglichkeiten, diese Kompetenz in neue Versorgungsmodelle einzubringen. Daran haben wir hart gearbeitet. Und es liegt an uns, diese Chancen weiter zu nutzen.

Wir müssen niemandem mehr erklären, dass wir mehr können als Arzneimittel abzugeben. Wir beweisen es längst – jeden einzelnen Tag.

Tag für Tag verhindern wir Medikationsfehler, erkennen Risiken, federn mit einem oft erstaunlichen Improvisationstalent Lieferengpässe ab, beraten Menschen, nehmen ihnen Unsicherheiten und sorgen dafür, dass Therapien sicher funktionieren. Meist geschieht das leise, ohne große Schlagzeilen.

Unsere zahlreichen Präventions- und Screeningprojekte in den Bundesländern haben eindrucksvoll bewiesen, welches Potenzial in den Apotheken steckt.

Sie waren ein Gewinn für die Prävention, für die Früherkennung von Erkrankungen und vor allem für die Menschen. Das sind keine theoretischen Konzepte und keine Zukunftsvisionen. Das sind Erfahrungen, die wir bereits gemacht haben – mit überzeugenden Ergebnissen.

Während anderswo vor allem darüber diskutiert wird, wie man im Gesundheitswesen sparen kann, liefern wir konkrete Antworten darauf, wie Versorgung besser und gleichzeitig wirtschaftlicher gelingen kann. Die öffentliche Apotheke ist längst mehr als eine Ausgabestelle für Medikamente. Sie ist Gesundheitsberatung, Prävention, Therapiebegleitung und wohnortnahe Versorgung aus einer Hand. Alles, was wir tun, kommt unmittelbar bei den Menschen an.

Dass die Bevölkerung das genauso sieht, freut mich besonders. Umfragen zeigen seit Jahren, dass Apothekerinnen und Apotheker zu den vertrauenswürdigsten Gesundheitsberufen zählen. Dieses Vertrauen ist Anerkennung, aber auch Verpflichtung.

Deshalb arbeiten wir konsequent daran, unsere pharmazeutischen Dienstleistungen weiter auszubauen.

Ein besonderes Anliegen ist mir dabei seit vielen Jahren die Medikationsanalyse. Nach intensiven Verhandlungen stehen wir unmittelbar davor, dass die Medikationsanalyse erstmals von zwei österreichischen Privatversicherungen vergütet wird. Als nächster Schritt sollen noch weitere Privatversicherungen an Bord geholt werden; etliche haben schon ihr Interesse bekundet. Für mehr als 100.000 Versicherte wäre diese wichtige pharmazeutische Leistung damit künftig finanziert. Das ist ein echter Meilenstein.

Mein Ziel bleibt dennoch unverändert: Die Medikationsanalyse muss allen Patientinnen und Patienten offenstehen und Teil der regulären Gesundheitsversorgung über den DVSV bzw. die ÖGK werden.

Ähnlich verhält es sich beim Impfen in der Apotheke. Ich fordere nachdrücklich, dass wir hier endlich Nägel mit Köpfen machen (können). Die Apothekerschaft hat ihre Hausaufgaben längst gemacht. Kolleginnen und Kollegen haben sich umfassend fortgebildet, internationale Erfahrungen sprechen eine eindeutige Sprache und die Bevölkerung steht diesem Angebot offen bis begeistert gegenüber. Jetzt braucht es den politischen Mut, den letzten Schritt zu setzen.

Dass sich Beharrlichkeit auszahlt, haben wir zuletzt auch auf europäischer Ebene erlebt. Die magistrale Herstellung – insbesondere die Vorabherstellung in öffentlichen Apotheken

– stand im Zuge der Reform des europäischen Pharmapakets massiv unter Druck. Gemeinsam mit unseren Partnerorganisationen konnten wir diesen wesentlichen Bestandteil unserer pharmazeutischen Kompetenz erfolgreich verteidigen. Darauf dürfen wir stolz sein. Dieser Erfolg zeigt, wie wichtig internationale Vernetzung geworden ist. Ob in der EPhEU, der FIP, bei der PGEU oder im Austausch mit unseren Schwesterorganisationen in Europa – wer die Zukunft unseres Berufes mitgestalten will, muss dort vertreten sein, wo sie gemacht wird. Ebenso konsequent setzen wir uns für faire Wettbewerbsbedingungen gegenüber dem Versandhandel ein.

Die große Zustimmung bei unserer kürzlich abgehaltenen VAAÖ-internen Wahl hat mich persönlich sehr gefreut. Vor allem aber verstehe ich dieses Ergebnis als klaren Auftrag, den eingeschlagenen Weg gemeinsam mit unserem engagierten Team konsequent weiterzugehen.

Viele der entscheidenden Weichen für unseren Berufsstand werden in der Österreichischen Apothekerkammer gestellt. Deshalb sind die Kammerwahlen im kommenden Jahr von besonderer Bedeutung. Wenn wir die begonnenen Projekte erfolgreich weiterführen und die Arbeitsbedingungen der angestellten Apothekerinnen und Apotheker nachhaltig verbessern wollen, dann brauchen wir auch dort eine starke, unabhängige Vertretung.

Bei all diesen Aspekten dürfen wir eines nie vergessen: Hinter jeder neuen Aufgabe stehen Menschen. Kolleginnen und Kollegen, die täglich Verantwortung übernehmen. Deshalb brauchen neue Kompetenzen auch faire Gehälter, sichere Arbeitsplätze, ausreichend Personal und moderne Arbeitsbedingungen. Gute Gesundheitsversorgung beginnt immer bei jenen, die sie Tag für Tag ermöglichen.

Genau dafür setzen wir uns als VAAÖ ein – mit Nachdruck, mit Beharrlichkeit und oft auch mit der nötigen Hartnäckigkeit.

Ich freue mich auf alles, was vor uns liegt. Nicht, weil der Weg einfach wird. Sondern weil ich weiß, dass wir ihn gemeinsam gestalten können. Die vergangenen Jahre haben gezeigt, was möglich ist, wenn wir geschlossen auftreten.

Ich bin überzeugt: Das Beste liegt noch vor uns. Wir müssen nur bereit sein, dafür zu arbeiten.

Ihr Raimund Podroschko
Präsident des VAAÖ
des Verbandes Angestellter
Apotheker Österreichs

Ulrike Königsberger-Ludwig im Gespräch

„Apotheker sind unverzichtbare Gesundheits-experten"

Ulrike Königsberger-Ludwig, Staatssekretärin im Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, im Gespräch über die Zukunft der Pharmazie und die Rolle der Apothekerinnen und Apotheker.

Zur Person Ulrike Königsberger-Ludwig

- Staatssekretärin im Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
- Langjährige Gesundheitspolitikerin mit Schwerpunkt Gesundheitsversorgung und Pflege
- Von 2018 bis 2025 Abgeordnete zum Nationalrat
- Zuvor viele Jahre Landesrätin und Landtagsabgeordnete in Niederösterreich
- Setzt sich für den Ausbau einer wohnortnahen Gesundheitsversorgung, Prävention und die Stärkung der Gesundheitsberufe ein
- Zuständig unter anderem für zentrale Fragen der Gesundheitsversorgung und der Weiterentwicklung des österreichischen Gesundheitssystems

Die Anforderungen an das österreichische Gesundheitssystem verändern sich rasant. Eine älter werdende Bevölkerung, chronische Erkrankungen, Personalmangel und steigende Kosten verlangen nach neuen Versorgungsmodellen und einer optimalen Nutzung aller vorhandenen Gesundheitsberufe. Gerade die öffentlichen Apotheken und die Krankenhausapotheken übernehmen dabei eine immer wichtigere Rolle.

Für den Verband Angestellter Apotheker Österreichs, **VAAÖ**, ist diese Entwicklung von besonderer Bedeutung. Angestellte Apothekerinnen und Apotheker leisten Tag für Tag einen unverzichtbaren Beitrag zur Arzneimittelversorgung, zur Patientensicherheit und zur Gesundheitsberatung. Gleichzeitig wachsen die Erwartungen an den Berufsstand – sei es durch neue pharmazeutische Dienstleistungen, Medikationsanalyse, Präventionsangebote oder künftig vermutlich auch durch das Impfen in Apotheken. Und auch der Aufwand für Logistik, Bürokratie und Verwaltung wird immer größer.

Wie sieht die Politik diese Entwicklung? Welche Rolle sollen Apotheker künftig im Gesundheitssystem übernehmen? Welche Rahmenbedingungen braucht es, damit sie ihre Kompetenzen noch besser einbringen können?

„Sichere Arbeitsplätze und gute Rahmenbedingungen sind in Apotheken dann möglich, wenn die hohe Verantwortung der angestellten ApothekerInnen auch gesundheitspolitisch anerkannt wird."

Gesundheitsstaatssekretärin Ulrike Königsberger-Ludwig

© VAAÖ

Bei einem sehr konstruktiven Termin im Gesundheitsministerium sprachen VAAÖ-Präsident Podroschko und VAAÖ-Direktor Valecka mit Staatssekretärin Königsberger-Ludwig über die Anliegen und Angebote der österreichischen Apothekerinnen und Apotheker.

„Gesundheitspolitik braucht die Expertise der Apothekerschaft."

VAAÖ-Präsident Mag. pharm. Raimund Podroschko sieht die Aussagen der Staatssekretärin als wichtiges Signal: *„Es freut mich, dass die Politik die Leistungen der Apothekerinnen und Apotheker als unverzichtbaren Bestandteil der Gesundheitsversorgung anerkennt, wie Frau Staatssekretärin Königsberger-Ludwig betont hat. Die Herausforderungen unseres Gesundheitssystems können nur bewältigt werden, wenn alle Gesundheitsberufe ihre Kompetenzen bestmöglich einbringen können. Die Apotheke ist längst mehr als eine Arzneimittelabgabestelle – sie ist eine wohnortnahe Gesundheitseinrichtung mit hoher pharmazeutischer Expertise. Nun müssen weitere Schritte gesetzt und die politischen Rahmenbedingungen weiterentwickelt werden, dass neue Aufgaben, mehr Verantwortung und eine qualitativ hochwertige Patientenversorgung auch nachhaltig möglich sind."*

© VAAÖ

Darüber sprachen wir mit Gesundheitsstaatssekretärin Ulrike Königsberger-Ludwig.

pharmazie sozial: Wie sehen Sie die Rolle und die Leistungen der ApothekerInnen als NahversorgerInnen im Gesundheitssystem, z. B. im Rahmen der COVID-Pandemie oder der Lieferengpässe. Haben sich diese in den vergangenen Jahren Ihrer Ansicht nach gewandelt?

Königsberger-Ludwig: Die ApothekerInnen spielen eine zentrale Rolle in unserer Gesundheitsversorgung und bieten eine niederschwellige Versorgung. Sie sind hochqualifizierte GesundheitsexpertInnen, die eine Vielzahl an Dienstleistungen durchführen – von der Abgabe von Arzneimitteln über die Beratung bis hin zur Herstellung von Medikamenten. Weiters wird durch die ApothekerInnen sichergestellt, dass die KundInnen vor der Kaufentscheidung professionelle Informationen erhalten: Sie erklären Medikamente und Nebenwirkungen, verhindern Medikationsfehler und schaffen zugleich auch eine zusätzliche Sicherheitsebene für die PatientInnen.

Die Pandemie hat vieles verändert – manches auch vereinfacht. Die Herausforderungen waren groß, weil sie sowohl die personellen als auch die logistischen Ressourcen betroffen haben.

pharmazie sozial: Können und sollen ApothekerInnen noch stärker als niederschwellige GesundheitsdienstleisterInnen in die Primärversorgung, Prävention, Betreuung chronisch Kranker und v. a. im Rahmen einer Triagefunktion eingebunden werden, und wenn ja, auf welche Weise?

Königsberger-Ludwig: Die fachliche Expertise der Apothekerinnen und Apotheker, die speziell in der sicheren Anwendung von Arzneimitteln geschult sind, stellt schon jetzt sicher, dass die Bürgerinnen und Bürger niederschwellige und verlässliche persönliche Beratung und Betreuung erhalten – tagsüber und durch die Apothekendienste am Wochenende und in der Nacht. Mit ihrem umfassenden Angebot leisten sie täglich wichtige Arbeit, sind für die Menschen oftmals die erste Anlaufstelle und übernehmen damit gleichsam eine Form der Triage.

pharmazie sozial: Die Apothekerschaft arbeitet bereits seit etlichen Jahren an der Ausweitung ihres Serviceangebotes – Mediaktionsanalyse, Impfen, Point-of-Care-Testungen etc. –, u. a. um mitzuwirken, die begrenzten Ressourcen unseres Gesundheitssystems besser zu nutzen und den (teuren) stationären Bereich zu entlasten. Wie sehen Sie diesen Weg?

Königsberger-Ludwig: Natürlich muss man über eine Ausweitung des Serviceangebotes in Apotheken nachdenken, schließlich sind sie oftmals der erste Kontakt,

den Menschen ansteuern, wenn sie Fragen haben oder Medikamente kaufen. Doch hier müssen klare Vorgaben entwickelt werden – auch hinsichtlich Ausbildung und Schulungen.

Aktuell wird an einer Ausweitung der Kompetenzen gearbeitet – insbesondere, wenn es um das Impfen in Apotheken geht. Wie und ob diese verstärkt ausgebaut werden können, sollte man gemeinsam diskutieren.

pharmazie sozial: Wie können sichere Arbeitsplätze und bestmögliche Rahmenbedingungen für die angestellten ApothekerInnen auch für die Zukunft gewährleistet werden, v. a. vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen Entwicklung und der hohen Anforderungen in den Apotheken? Welche Rolle können dabei Arbeitgeber, Interessenvertretung und Gesetzgeber jeweils übernehmen?

Königsberger-Ludwig: Sichere Arbeitsplätze und gute Rahmenbedingungen sind in Apotheken – sowie auch in allen anderen Arbeitsbereichen – dann möglich, wenn die hohe Verantwortung der angestellten ApothekerInnen auch gesundheitspolitisch anerkannt wird. Dabei können die ArbeitgeberInnen durch moderne Arbeitsbedingungen, faire Entlohnung und flexible Arbeitszeitmodelle eine zentrale Rolle spielen. Der Gesetzgeber kann dabei die arbeitsrechtlichen Grundlagen schaffen.

pharmazie sozial: Was ist Ihre Botschaft an die jungen Apothekerinnen und Apotheker, die am Beginn ihrer Berufskarriere stehen?

Königsberger-Ludwig: Ich gratuliere zur Entscheidung, im Gesundheitssystem zu arbeiten, denn die ApothekerInnen sind durch höchstes Fachwissen ein unverzichtbarer Bestandteil unserer Gesundheitsversorgung. Danke, dass Sie die Menschen in Österreich bestens beraten und versorgen und dass Sie Verantwortung übernehmen!

„Politische Entscheidungen prägen unseren Berufsalltag."

Auch VAAÖ-Direktor Mag. Norbert Valecka unterstreicht die Bedeutung einer vorausschauenden Gesundheitspolitik: *„Die Zukunft der Pharmazie wird wesentlich durch gesundheitspolitische Entscheidungen bestimmt. Ob neue pharmazeutische Dienstleistungen, Digitalisierung, Prävention oder die Einbindung der Apothekerinnen und Apotheker in die Primärversorgung – all das braucht klare gesetzliche Grundlagen und verlässliche Rahmenbedingungen. Gleichzeitig dürfen zusätzliche Aufgaben nicht zulasten der angestellten Kolleginnen und Kollegen gehen. Gute Gesundheitspolitik bedeutet daher auch, faire Arbeitsbedingungen, ausreichende personelle Ressourcen, hochwertige Fortbildung und eine angemessene Honorierung sicherzustellen. Denn nur starke Apothekerinnen und Apotheker können dauerhaft eine starke Gesundheitsversorgung gewährleisten."*

IMPRESSUM

EIGENTÜMER, HERAUSGEBER, MEDIENINHABER: VAAÖ, Verband Angestellter Apotheker Österreichs, Spitalgasse 31/4, 1090 Wien
VEREINSLEITUNG: Präsident Mag. pharm. Raimund Podroschko, Spitalgasse 31, 1091 Wien, Postfach 85, Tel.: 01/404 14-410, Fax: 01/404 14-414, E-Mail: info@vaaoe.at
LAYOUT UND SATZ: Österreichische Apotheker-Verlagsges.m.b.H.
Die Zeitschrift erscheint sechs Mal im Jahr. Der Bezugspreis beträgt Euro 18,00 inkl. MWSt jährlich.

CHEFREDAKTION: Dir. Mag. Norbert Valecka, Redaktionsassistenz: Daniela Preiner
REDAKTION: Mag. Monika Heinrich (Leitende Redakteurin), Mag. pharm. Catherine Bader, Mag. pharm. Johanna Zinkl, Mag. iur. Georg Lippay, Mag. pharm. Raimund Podroschko, Mag.pharm. Susanne Ergott-Badawi, Mag. pharm. Irina Schwabegger-Wager, Mag. iur. Ursula Thalmann, Mag. iur. Judith Winkler, Mag. pharm. Gerald Evanzin.
FOTOS (sofern nicht anders angegeben): shutterstock

DRUCK: mst druckoptimierer gmbh, Paradeisergasse 5/1. OG, 9020 Klagenfurt
Der VAAÖ behält sich alle Verwertungsrechte am Inhalt dieser Zeitschrift vor. Nachdruck nur mit seiner ausdrücklichen schriftlichen Bewilligung und nur unter genauer Angabe der Quelle „pharmazie sozial". Einschaltungen gemäß § 26 Mediengesetz.
Auch wenn im Text aus Gründen der besseren Lesbarkeit weibliche Formen wie „Apothekerinnen" nicht explizit ausgeschrieben werden, beziehen sich alle personenbezogenen Formulierungen auf weibliche und männliche Personen.

PEFC PEFC/06-39-10

Produziert gemäß Richtlinie Uz24 des Österreichischen Umweltzeichens, mst druck:optimierer gmbh, UW 1429

Unsere VAAÖ-Landesgruppenobleute im Gespräch

„Warum engagieren Sie sich im VAAÖ?"

Wir haben unsere **VAAÖ**-Landesgruppenobleute diesmal gefragt, was für sie die Beweggründe sind sich im **VAAÖ** für die angestellten Kolleginnen und Kollegen zu engagieren.

Jeden Tag sehe ich, was die Menschen in unseren Regionen bewegt. Von der Versorgung am Land und in der Stadt bis zu neuen Herausforderungen im Gesundheitswesen und die politischen Veränderungen. Seit über 15 Jahren bin ich Landesgruppenobfrau in der Steiermark und Vorstandsmitglied in der ÖAK, nun in der zweiten Periode Vermögensverwalterinstellvertreterin und seit vier Jahren Beisitzerin in der GH. Dieses Engagement ist mir deswegen so wichtig, weil Apotheken und die darin arbeitenden angestellten ApothekerInnen viel mehr sind, als nur „Packerl-Abgeber". Wir sind unverzichtbare Nahversorger, DIE ArzneimittelexpertInnen und oft erste Ansprechpartner für unsere KundInnen Der fachliche sowie persönliche Austausch auch zwischen uns KolllegInnen wie auch mit den Chefs und PKAs ist unverzichtbar. Leider haben sich die wirtschaftliche Lage sowie die Personalsituation sehr verschärft; deshalb müssen alle noch fester zusammenhalten. Standespolitik bedeutet für mich Verantwortung zu übernehmen, mich für faire Rahmenbedingungen für uns ArbeitnehmerInnen einzusetzen und eine gute Gesprächskultur auf Augenhöhe in unserem Apothekerstand zu pflegen. Alles wichtige Ziele, um die Zukunft unseres Berufsstandes abzusichern.

Petra Griesser
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Steiermark

© VAAÖ/Magdalena Schwarz

Mir sind mein Berufsstand und die Arbeitsbedingungen meiner Kolleginnen und Kollegen sehr wichtig; der **VAAÖ** als Interessenvertretung der angestellten Apothekerinnen und Apotheker setzt sich genau für diese Anliegen ein. Eine starke Interessenvertretung funktioniert aber nur, wenn es engagierte KollegInnen gibt, die mitmachen, mitarbeiten, Ideen einbringen und ja – auch Zeit investieren. Herzlichen Dank dafür! Auch ich möchte meinen Beitrag dazu leisten, einfach weil es wichtig ist!

Christiane Buger
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Burgenland

Ich engagiere mich im **VAAÖ**, weil ich die Zukunft unseres Berufsstandes aktiv mitgestalten möchte. Unsere Kompetenzen verdienen mehr Sichtbarkeit und Anerkennung – sowohl innerhalb des Gesundheitssystems als auch in der Öffentlichkeit. Gemeinsam können wir die Interessen der Apothekerinnen und Apotheker wirkungsvoll vertreten und gute Rahmenbedingungen für kommende Generationen schaffen.

Elisabeth Frech
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Oberösterreich

© René R Wenzel

Salzburg ist meine neue Heimat, und die Pharmazie meine Leidenschaft. Unser Bundesland ist vielfältig, mit pulsierenden Zentren und ländlichen Regionen. In der Stadt herrschen andere Prämissen; am Land kämpfen KollegInnen mit langen Wegen und der Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Wir Apothekerinnen und Apotheker sind der Anker im Gesundheitssystem, emotionale Stütze in Krisen und erste Anlaufstelle für Sorgen. Vom Flachgau bis in den Lungau leisten Salzburgs angestellte ApothekerInnen täglich Großartiges. Genau deshalb engagiere ich mich als Landesgruppenobfrau im **VAAÖ**. Unsere Arbeit verdient Wertschätzung und Rückendeckung. Niemand soll auf sich allein gestellt sein – der **VAAÖ** Salzburg ist unser Sicherheitsnetz, das uns verbindet. Rufen Sie uns an, wenn es im Betrieb hakt, rechtliche Fragen auftauchen oder der Schuh drückt. Gehen wir diesen Weg gemeinsam!

Mag. pharm. Claudia Huber
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Salzburg

© Sabine Klimpt

Ich engagiere mich in meinem Verband, dem VAAÖ, aus Liebe zu unserem Beruf, aus Überzeugung, dass er weiterbestehen und sich weiterentwickeln muss und wir angestellte Apothekerinnen und Apotheker auch in Zukunft gute Arbeitsplätze haben. Angesichts der großen Herausforderungen, aber auch der vielen Chancen ist es mir wichtig, unsere Interessen mit Nachdruck zu vertreten und unsere Anliegen sichtbar zu machen. Denn gute Rahmenbedingungen entstehen nicht von selbst, sondern es braucht Menschen, die Verantwortung übernehmen, zuhören, Brücken bauen und sich mit Überzeugung für ihre Kolleginnen und Kollegen einsetzen. Durch meine langjährige vielseitige Berufserfahrung kenne ich die Anforderungen unseres Berufs aus unterschiedlichen Perspektiven. Dieses Wissen bringe ich ein, um die konstruktive Zusammenarbeit mit allen Partnern im Gesundheitswesen – Universitäten, Dachverband, Fachgesellschaften, Politik, anderen Gesundheitsberufen und vor allem auch innerhalb des Apothekerhauses zu fördern. Der VAAÖ steht für Zusammenhalt, Engagement und eine starke Interessenvertretung. Ich wünsche mir, dass unser Berufsstand selbstbewusst nach vorne blickt, offen für Neues ist und gleichzeitig seine Werte bewahrt: Kompetenz, Menschlichkeit und Zusammenhalt. Für mich bedeutet Engagement nicht nur Verantwortung zu übernehmen, sondern auch aktiv Veränderungen mitzugestalten – im Interesse unserer Kolleginnen und Kollegen.

Susanne Ergott-Badawi
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Wien

Ich engagiere mich für den VAAÖ als Landesgruppenobfrau in NÖ, weil ich mich auch in der Zukunft für die Interessen der angestellten Apothekerinnen und Apotheker einsetzen möchte. Gemeinsam können wir viel bewegen und die Weiterentwicklung unseres Berufstandes aktiv gestalten. Mir ist dabei der Zusammenhalt innerhalb unserer Gemeinschaft besonders wichtig. Ich freue mich darauf, an den bestmöglichen Rahmenbedingungen für unsere anspruchsvolle Tätigkeit weiterzuarbeiten.

Elisabeth Biermeier
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Niederösterreich

Ich engagiere mich für den VAAÖ in Tirol, weil mir die Zukunft unseres Berufs am Herzen liegt. Gerade in herausfordernden Zeiten braucht es eine starke Interessenvertretung, die sich mit Nachdruck für Apothekerinnen und Apotheker einsetzt. Besonders wichtig ist mir, dass der VAAÖ die unterschiedlichen Anliegen von Selbständigen und Angestellten zusammenbringt und gemeinsam tragfähige Lösungen findet. Ich schätze die kompetente rechtliche Unterstützung durch unsere Expertinnen und Experten, die sich ausschließlich mit dem Apothekenwesen beschäftigen. Gleichzeitig möchte ich dazu beitragen, unseren Beruf weiterzuentwickeln, seine Bedeutung in der Öffentlichkeit sichtbarer zu machen und unsere Anliegen gegenüber Politik und Entscheidungsträgern klar und überzeugend zu vertreten.

Stefanie Lair
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Tirol

Ich habe mich für die Mitarbeit im VAAÖ entschieden, weil ich überzeugt bin, dass sich die Zukunft unseres Berufs nicht nur in Wien oder in Gremien entscheidet, sondern ebenso im Berufsalltag der Kolleginnen und Kollegen in den Bundesländern. Gerade in Kärnten sind die Wege kurz. Man kennt einander, spricht miteinander und erfährt unmittelbar, welche Herausforderungen die Menschen in den Apotheken tatsächlich beschäftigen. Diese Nähe ist ein großes Plus. Apothekerinnen und Apotheker übernehmen zunehmend Verantwortung in der Arzneimitteltherapie, in der Prävention und in der Betreuung chronisch kranker Menschen. Diese Entwicklung eröffnet große Chancen – verlangt aber auch nach klaren berufspolitischen Antworten. Neue Kompetenzen brauchen ausreichende Zeit, passende Strukturen und Arbeitsbedingungen, die ihre qualitätsvolle Umsetzung überhaupt ermöglichen. Als Vertreterin einer jüngeren Generation möchte ich dazu beitragen, dass neue Sichtweisen ganz selbstverständlich in die standespolitische Diskussion einfließen. Denn Fortschritt entsteht aus meiner Sicht dort, wo praktische Erfahrung, wissenschaftliche Weiterentwicklung und der Mut, Bestehendes weiterzudenken, zusammenkommen.

Selina Fladerer-Grollitsch
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Kärnten

VAAÖ-interne Wahl 2026

Starker Rückenwind

Nach der erfolgreichen internen Wahl richtet sich der Blick auf die Herausforderungen der kommenden Jahre und die Apothekerkammerwahl 2027.

Mit einem starken Rückhalt seiner Mitglieder startet der **VAAÖ**, der Verband Angestellter Apotheker Österreichs, in die neue Funktionsperiode. Die interne Briefwahl, deren Auszählung am 29. Mai 2026 abgeschlossen wurde, bestätigte den eingeschlagenen Kurs und schuf die Grundlage dafür, die berufspolitische Arbeit der kommenden Jahre mit einem klaren Auftrag fortzusetzen: die Interessen der angestellten Apothekerinnen und Apotheker in öffentlichen Apotheken und Krankenhausapotheken konsequent zu vertreten und den Berufsstand aktiv weiterzuentwickeln.

Den Weg weitergehen

Vor dem Verband liegen zahlreiche Herausforderungen. Neben fairen Arbeitsbedingungen, sicheren Arbeitsplätzen und einer leistungsgerechten Entlohnung stehen insbesondere die Weiterentwicklung pharmazeutischer Dienstleistungen, Digitalisierung, Künstliche Intelligenz sowie neue Aufgaben in der Primärversorgung im Mittelpunkt der standespolitischen Arbeit. Gleichzeitig gilt es, die wohnortnahe Arzneimittelversorgung gegenüber den zunehmenden Begehrlichkeiten verschiedener Interessengruppen – von Ärztevertretern über Drogeriemärkte bis hin zu Versandapotheken – konsequent zu verteidigen und gegenüber der Politik den Nutzen neuer pharmazeutischer Leistungen für Patientinnen und Patienten sowie für das Gesundheitssystem deutlich zu machen.

Für **VAAÖ**-Präsident Mag. pharm. Raimund Podroschko ist das Wahlergebnis weit mehr als eine Bestätigung der bisherigen Arbeit: „Das Vertrauen unserer Mitglieder ist für uns Ansporn und Verpflichtung zugleich. Es zeigt, dass unser Einsatz wahrgenommen wird und dass wir den eingeschlagenen Weg konsequent weitergehen sollen."

Die VAAÖ-interne Briefwahl bestätigte den eingeschlagenen Kurs.

Besonders erfreulich ist für ihn auch das Direktmandat in den Vorstand. Dieses ist eine besondere Auszeichnung, gleichzeitig aber auch ein klarer Auftrag, sich weiterhin mit voller Kraft für die Anliegen der angestellten Apothekerinnen und Apotheker einzusetzen. Sein Dank gilt allen Kolleginnen und Kollegen, die sich aktiv eingebracht, Verantwortung übernommen und sich im **VAAÖ** engagiert haben. „Dieses schöne Ergebnis ist nur durch unsere starke Gemeinschaft möglich geworden."

Gemeinsam Verantwortung übernehmen

Erfolgreiche Interessenvertretung ist Teamarbeit. Dieser Gedanke zog sich wie ein roter Faden durch die gesamte Wahl und die Konstituierung der neuen Funktionärinnen und Funktionäre. Der **VAAÖ** lebt seit jeher vom Engagement seiner Mitglieder, seiner Delegierten und Funktionäre in den Bundesländern. Unterschiedli-

Auf gehts – das frisch gewählte Präsidium des VAAÖ mit Norbert Valecka, Catherine Bader, Raimund Podroschko, Susanne Ergott-Badawi, Irina Schwabegger-Wager und Petra Griesser (v.l.n.r.).

Die „Jungen“ im Vorstand: Selina Fladerer-Grollitsch, Ruth Wiellandt, Jasmin Jandera und Gerold Evanzin (v.l.n.r.)

Generationendialog als bewusstes Prinzip

Mit AYP-Präsidentin Mag. pharm. Jasmin Jandera, Mag. pharm. Gerold Evanzin, Mag. pharm. Selina Fladerer-Grollitsch, Landesgruppenobfrau in Kärnten, und Mag. pharm. Ruth Wiellandt gehören künftig gleich vier Vertreter der Austrian Young Pharmacists, der AYP, dem VAAÖ-Vorstand an. Diese personelle Entwicklung ist kein Zufall, sondern Ausdruck eines konsequent verfolgten Prinzips: Der VAAÖ versteht Standespolitik als kontinuierlichen Generationendialog.

Die Einbindung jüngerer Kolleginnen und Kollegen erweitert die berufspolitische Diskussion um neue Perspektiven – etwa zu Digitalisierung, veränderten Arbeitswelten, Aus- und Weiterbildung oder den Erwartungen einer neuen Generation an den Apothekerberuf. Gleichzeitig profitieren die Young Pharmacists von der Erfahrung langjähriger Funktionärinnen und Funktionäre. So entsteht ein produktiver Austausch, der Kontinuität und Erneuerung miteinander verbindet.

Gerade in einer Zeit, in der sich das Berufsbild der ApothekerInnen grundlegend weiterentwickelt, ist dieser generationenübergreifende Dialog von besonderer Bedeutung. Er schafft die Voraussetzung dafür, dass die standespolitischen Entscheidungen von heute auch den Anforderungen von morgen gerecht werden.

che Erfahrungen zusammenzuführen und daraus tragfähige Lösungen zu entwickeln, zählt seit Jahrzehnten zu den großen Stärken des Verbandes.

Standespolitik ist Teamarbeit

Dass dieser Weg auch künftig fortgesetzt werden soll, unterstreicht **VAAÖ**-Vizepräsidentin Mag. pharm. Susanne Ergott-Badawi: „Dieses Wahlergebnis zeigt, dass unsere Mitglieder den eingeschlagenen Weg mittragen. Das freut mich besonders, weil erfolgreiche Standespolitik immer Teamarbeit ist. Unser Beruf entwickelt sich rasant weiter. Gerade deshalb müssen wir den Wandel aktiv gestalten – mit hochwertigen Fortbildungen, neuen Kompetenzen und einer klaren Positionierung der Apothekerinnen und Apotheker als unverzichtbare Gesundheitsprofis.“

Motivation & Verpflichtung

Für das neu gewählte Vorstandsmitglied Mag. pharm. Catherine Bader, die ebenfalls ein Direktmandat erhielt, ist das Vertrauen der Mitglieder Auftrag und Motivation zugleich: „Das Vertrauen unserer Kolleginnen und Kollegen ist für mich Motivation und Verpflichtung zugleich. Ich möchte mich weiterhin mit voller Kraft dafür einsetzen, dass die Interessen der angestellten Apothekerinnen und Apotheker gehört werden. Gute Arbeitsbedingungen, berufliche Entwicklungsmöglichkeiten und gegenseitige Wertschätzung sind für mich wesentliche Grundlagen für die Zukunft unseres Berufs.“

Eine zentrale Säule der Verbandsarbeit bildet darüber hinaus das umfassende arbeitsrechtliche Service.

Persönlicher Austausch

Auch Mag. pharm. Irina Schwabegger-Wager misst dem direkten Austausch mit den Mitgliedern große Bedeutung bei: „Der VAAÖ lebt vom persönlichen Austausch mit seinen Mitgliedern. Genau dieser direkte Kontakt ist unsere größte Stärke. Nur wenn wir wissen, welche Herausforderungen unsere Kolleginnen und Kollegen täglich erleben, können wir sie wirkungsvoll vertreten. Ich freue mich darauf, diesen Dialog auch in den kommenden Jahren intensiv fortzusetzen."

Starkes Miteinander

Für die wiedergewählte steirische Landesgruppenobfrau und stellvertretende Vermögensverwalterin Mag. pharm. Petra Griesser ist vor allem das große Engagement vieler Kolleginnen und Kollegen ein positives Signal: „Ich freue mich besonders darüber, dass sich so viele Kolleginnen und Kollegen bereit erklärt haben, als Delegierte und Ersatzdelegierte Verantwortung zu übernehmen. Besonders die vielen jungen Kolleginnen und Kollegen machen Mut. Sie bringen neue Ideen und viel Engagement mit. Dieses Miteinander von Erfahrung und neuen Perspektiven ist eine große Stärke unseres Verbandes."

Weit mehr als Kollektivvertragverhandlungen

Seit Jahrzehnten versteht sich der VAAÖ als gewerkschaftliche und berufspolitische Interessenvertretung der angestellten Apothekerinnen und Apotheker in Österreich. Die Aufgaben reichen heute weit über klassische Standespolitik hinaus. Neben den Kollektivvertragsverhandlungen und dem Einsatz für faire Gehälter, sichere Arbeitsplätze und moderne Arbeitsbedingungen gestaltet der Verband aktiv die Weiterentwicklung des Berufsbildes und neuer pharmazeutischer Dienstleistungen mit.

„Kammer-Arbeit"

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Mitarbeit in den Gremien der Österreichischen Apothekerkammer. Dort werden viele jener Entscheidungen vorbereitet, die den Berufsalltag der angestellten Apothekerinnen und Apotheker unmittelbar beeinflussen. Deshalb richtet sich der Blick bereits jetzt auf die Kammerwahlen im Frühjahr 2027.

„Das starke Ergebnis der VAAÖ-Wahl gibt uns Rückenwind," betont Podroschko. „Wenn wir unsere Vorhaben erfolgreich umsetzen und den Wünschen und Anliegen der angestellten Kolleginnen und Kollegen an den richtigen Stellen Gehör verschaffen wollen, brauchen wir auch in der Apothekerkammer eine starke Vertretung durch den VAAÖ."

Schwerpunkt Arbeitsrecht

Eine zentrale Säule der Verbandsarbeit bildet darüber hinaus das umfassende arbeitsrechtliche Service. VAAÖ-Direktor Mag. Norbert Valecka verweist auf die tägliche Unterstützung der Mitglieder durch das Juristenteam des Verbandes – von Fragen rund um Dienstverträge, Arbeitszeit und Karenz bis hin zu Kündigungen oder Pensionierungen. Bei Bedarf begleitet der VAAÖ seine Mitglieder auch in arbeitsrechtlichen Verfahren und vertritt ihre Interessen gegenüber Arbeitgebern.

Ebenso intensiv engagiert sich der Verband für den pharmazeutischen Nachwuchs. Mit den Austrian Young Pharmacists begleitet der VAAÖ Studierende, AspirantInnen und junge ApothekerInnen mit Fortbildungen, Mentoringprogrammen und Vernetzungsangeboten und fördert damit frühzeitig auch das standespolitische Engagement der nächsten Generation.

Erfolgreiche Interessenvertretung ist Teamarbeit.

Europäisch vernetzt – national erfolgreich

Viele Entwicklungen, die den Apothekerberuf nachhaltig prägen, werden längst auf europäischer Ebene vorbereitet. Deshalb engagiert sich der VAAÖ seit vielen Jahren intensiv im internationalen Netzwerk. Die Mitarbeit in der European Association of Employed Community Pharmacists in Europe (EPhEU), der International Pharmaceutical Federation (FIP), der PGEU, der European Pharmaceutical Students' Association (EPSA) sowie der enge Austausch unter anderem mit der deutschen Apothekergewerkschaft ADEXA ermöglichen es, erfolgreiche Modelle anderer Länder nach Österreich zu bringen und gleichzeitig österreichische Interessen auf europäischer Ebene einzubringen. Präsident Podroschko vertritt Österreich bereits seit 2012 als Head of Delegation in der PGEU.

Für ihn steht daher fest: „Wer die Zukunft unseres Berufs mitgestalten will, muss auch dort vertreten sein, wo die gesundheitspolitischen Entwicklungen Europas vorbereitet und eingeleitet werden."

Mit dem deutlichen Vertrauensvotum seiner Mitglieder startet der VAAÖ geschlossen und gestärkt in die neue Funktionsperiode. Ziel bleibt es, auch künftig eine unabhängige, kompetente und verlässliche Stimme der angestellten Apothekerinnen und Apotheker zu sein.

Arbeit & soziale Sicherheit“, „Anerkennung & modernes Berufsbild“ sowie „Zukunft & Weiterbildung“. Die Ergebnisse dieser Workshops bilden eine wesentliche Grundlage für das zukünftige Arbeitsprogramm des Verbandes und fließen auch in die Vorbereitung der Kammerwahlen 2027 ein. Über die einzelnen Inhalte und Ergebnisse wird die Pharmazie sozial in den kommenden Ausgaben ausführlich berichten.

Geschlossen in die neue Funktionsperiode

Delegiertenversammlung & Funktionärsakademie

Mit der konstituierenden Delegiertenversammlung am 20. Juni 2026 in Wien begann für den VAAÖ offiziell die neue Funktionsperiode.

Nach dem klaren Vertrauensvotum der Mitglieder im Rahmen der internen Wahl wurden nun auch die organisatorischen Weichen gestellt: Der neu gewählte Vorstand und das Präsidium nahmen ihre Arbeit offiziell auf und legten gemeinsam die Schwerpunkte für die kommenden Jahre fest.

Neben den formalen Beschlüssen stand vor allem der Blick nach vorne im Mittelpunkt. Die Delegierten diskutierten die gesundheitspolitischen Herausforderungen der kommenden Jahre und die strategische Ausrichtung des Verbandes. Ein besonderes Augenmerk galt den Wahlen zur Österreichischen Apothekerkammer im Frühjahr 2027, bei denen der VAAÖ seine erfolgreiche Arbeit auch in den Gremien der Kammer weiter stärken will.

Dabei wurde einmal mehr deutlich, dass die Stärke des VAAÖ auf einem engen Miteinander beruht. Präsidium, Vorstand, Landesgruppen und Delegierte verfolgen ein gemeinsames Ziel: die Interessen der angestellten Apothekerinnen und Apotheker in ganz Österreich mit Nachdruck zu vertreten, auf jeder Ebene.

Zukunft gemeinsam gestalten

Unmittelbar im Anschluss an die Delegiertenversammlung fand die zweitägige VAAÖ-Funktionärsakademie statt. Sie bot den Funktionärinnen und Funktionären Gelegenheit, gemeinsam an den inhaltlichen Schwerpunkten der kommenden Jahre zu arbeiten und sich intensiv auf die bevorstehenden Aufgaben vorzubereiten.

Ebenso wichtig war der persönliche Austausch. Ein gemeinsamer Teambuilding-Nachmittag bot Gelegenheit, sich auch abseits der Sitzungsräume besser kennenzulernen und den Zusammenhalt innerhalb des österreichweiten Funktionärsteams weiter zu stärken.

Der zweite Seminartag stand ganz im Zeichen der Programmarbeit. In drei Arbeitsgruppen wurden die zentralen Zukunftsthemen des VAAÖ intensiv diskutiert und weiterentwickelt. Im Mittelpunkt standen die Bereiche „Faire

Resilienz tut gut

Den Abschluss der Funktionärsakademie gestaltete die Resilienz-Expertin Mag. Natalia Ölsböck. In ihrem Vortrag zeigte sie praxisnah auf, wie sich psychische Widerstandskraft stärken lässt und warum Resilienz heute zu den wichtigsten Kompetenzen im Berufsalltag zählt.

Angestellte Apothekerinnen und Apotheker sind täglich mit steigender Verantwortung, wachsendem Zeitdruck, Personalknappheit, wirtschaftlichen Unsicherheiten und zunehmenden bürokratischen Anforderungen konfrontiert.

Gleichzeitig engagieren sich viele Funktionärinnen und Funktionäre des VAAÖ zusätzlich neben ihrem Beruf ehrenamtlich für die Anliegen ihrer Kolleginnen und Kollegen. Dieses Engagement verlangt nicht nur fachliche Kompetenz und Standfestigkeit, sondern auch die Fähigkeit, in belastenden Situationen handlungsfähig zu bleiben und langfristig die eigene Gesundheit zu schützen.

Resilienz bedeutet dabei weit mehr, als Belastungen einfach auszuhalten. Sie beschreibt die Fähigkeit, Veränderungen aktiv zu gestalten, Herausforderungen konstruktiv zu begegnen

und auch in schwierigen Zeiten Zuversicht und Handlungsfähigkeit zu bewahren. Gerade für Menschen, die Verantwortung übernehmen und sich für andere einsetzen, ist sie deshalb eine unverzichtbare Schlüsselkompetenz.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nahmen zahlreiche praktische Anregungen mit, die sich sowohl im anspruchsvollen Berufsalltag als auch in der standespolitischen Arbeit unmittelbar umsetzen lassen.

Mit der Kombination aus Delegiertenversammlung, intensiver Programmarbeit und persönlichem Austausch setzte der **VAAÖ** ein deutliches Zeichen: Die neue Funktionsperiode soll die erfolgreiche Arbeit der vergangenen Jahre konsequent fortführen und gleichzeitig neue Impulse für die Zukunft der angestellten Apothekerinnen und Apotheker in Österreich setzen. Geschlossenheit, fachliche Kompetenz und ein gemeinsames Verständnis der Ziele bilden dafür die Grundlage.

Das neu gewählte VAAÖ-Präsidium und der neu gewählte VAAÖ-Vorstand für die Funktionsperiode 2026 – 2031

Mag. pharm. Raimund Podroschko
Präsident des VAAÖ

Mag. pharm. Susanne Ergott-Badawi
Vizepräsidentin des VAAÖ und VAAÖ-Landesgruppenobfrau Wien

Mag. Norbert Valecka
Direktor des VAAÖ

Mag. pharm. Petra Griesser
stellvertretende Vermögensverwalterin und VAAÖ-Landesgruppenobfrau Steiermark

Mag. pharm. Irina Schwabegger-Wager
Vermögensverwalterin

Mag. pharm. Catherine Bader
Präsidiumsmitglied

Mag. pharm. Elisabeth Biermeier
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Niederösterreich

Mag. pharm. Christiane Buger
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Burgenland

Mag. pharm. Selina Fladerer-Grollitsch
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Kärnten

Mag. pharm. Elisabeth Frech
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Oberösterreich

Mag. pharm. Claudia Huber
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Salzburg

Mag. pharm. Stefanie Lair
VAAÖ-Landesgruppenobfrau Tirol

Mag. pharm. Ruth Wiellandt
Vorstandsmitglied, AYP

Mag. pharm. Gerold Evanzin
Vorstandsmitglied, AYP

Mag. pharm. Jasmin Jandera
Präsidentin der AYP, der Austrian Young Pharmacists, (Stv. Nina Gludovatz)

Mag. pharm. Thomas Schweiger
AAHP, Arbeitsgemeinschaft Österreichischer Krankenhausapotheker (Stv. Martina Jeske)

Das Ergebnis der VAAÖ-Wahl für die Funktionsperiode 2026 – 2031

Zu Delegierten wurden gewählt:

Wahlkreis 01 – WIEN

1. Mag. pharm. Susanne ERGOTT-BADAWI
2. Mag. pharm. Raimund PODROSCHKO
3. Mag. pharm. Nina GLUDOVATZ
4. Mag. pharm. Ruth WIELLANDT
5. Mag. pharm. Jasmin JANDERA
6. Mag. pharm. Gerold EVANZIN
7. Mag. pharm. Sabine STELZER
8. Mag. pharm. Dr. Alexander TASCHAUER
9. Mag. pharm. Theresia UMGEHER
10. Mag. pharm. Sarmed AL MANAWI
11. Mag. pharm. Klara HABER
12. Mag. pharm. Erik HARRUCKSTEINER
13. Mag. pharm. Gregor HOUSKA

Ersatzdelegierte:

1. Mag. pharm. Illa BAUER
2. Mag. pharm. Michael KIRCHHOFER
3. Mag. pharm. Tobias STRASSER

Wahlkreis 02 – NIEDERÖSTERREICH

1. Mag. pharm. Irina SCHWABEGGER-WAGER
2. Mag. pharm. Elisabeth BIERMEIER
3. Mag. pharm. Dr. Simon DECKER
4. Mag. pharm. Matej GRGIC
5. Mag. pharm. Moritz STETINA
6. Mag. pharm. Claudia WUNDER
7. Mag. pharm. Christa KVARDA

Ersatzdelegierte:

1. Mag. pharm. Annemarie BAUER
2. Mag. pharm. Hermine BINDER
3. Mag. pharm. Daniela BRANDSTÄTTER
4. Mag. pharm. Barbara SEHNAL-GABRIEL
5. Mag. pharm. Gerlinde HAROLD

Wahlkreis 03 – BURGENLAND

1. Mag. pharm. Christiane BUGER

Wahlkreis 04 – KÄRNTEN

1. Mag. pharm. Selina FLADERER-GROLLITSCH
2. Mag. pharm. Sonja GUNTSCHNIG

Zu Ersatzdelegierten wurden gewählt:

1. Mag. pharm. Christina MÖRTLITZ
2. Mag. pharm. Lisa WALZL
3. Mag. pharm. Theresa TUPPINGER

Wahlkreis 05 – STEIERMARK

1. Mag. pharm. Petra GRIESSER
2. Mag. pharm. Catherine BADER
3. Mag. pharm. Sonja ITHALER
4. Mag. pharm. Wolfram METZBAUER
5. Mag. pharm. Birgit REISENHOFER

Ersatzdelegierte:

1. Mag. pharm. Michael EIGNER-ROTHE
2. Mag. pharm. Elisabeth PELZMANN
3. Mag. pharm. Sebastian ERHART
4. Mag. pharm. Susanne GRUBER-ZINK
5. Mag. pharm. Manuela PACHLINGER
6. Mag. pharm. Martina WEHR
7. Mag. pharm. Dilan BOZKURT

Wahlkreis 06 – OBERÖSTERREICH

1. Mag. pharm. Elisabeth FRECH
2. Mag. pharm. Tina GRASSER
3. Mag. pharm. Waltraud FEICHTINGER-NOVZARI

Wahlkreis 07 - SALZBURG

1. Mag. pharm. Claudia HUBER

Wahlkreis 08 – TIROL

1. Mag. pharm. Stefanie LAIR
2. Mag. pharm. Dr. Falko SCHÜLLNER
3. Mag. pharm. Martina JESKE

Ersatzdelegierte:

1. Mag. pharm. Andrea HABRINGER
2. Mag. pharm. Birgit PINTER
3. Mag. pharm. Anna MICHAELSEN
4. Mag. pharm. Angelina SONNLEITNER-HEGLMEIER
5. Mag. pharm. Christof DRACH
6. Mag. pharm. Cosima THURNHER-KELDERER
7. Mag. pharm. Kyra LANG
8. Mag. pharm. Carina GEISENFELDER-GRANIG
9. Mag. pharm. Sarah ZSAK-MERANER
10. Mag. pharm. Christina KLAMMER
11. Mag. pharm. Katharina KIRCHEBNER
12. Mag. pharm. Franziska MEYER

Wahlkreis 00 – ÖSTERREICH

Direktmandatare in den Vorstand:

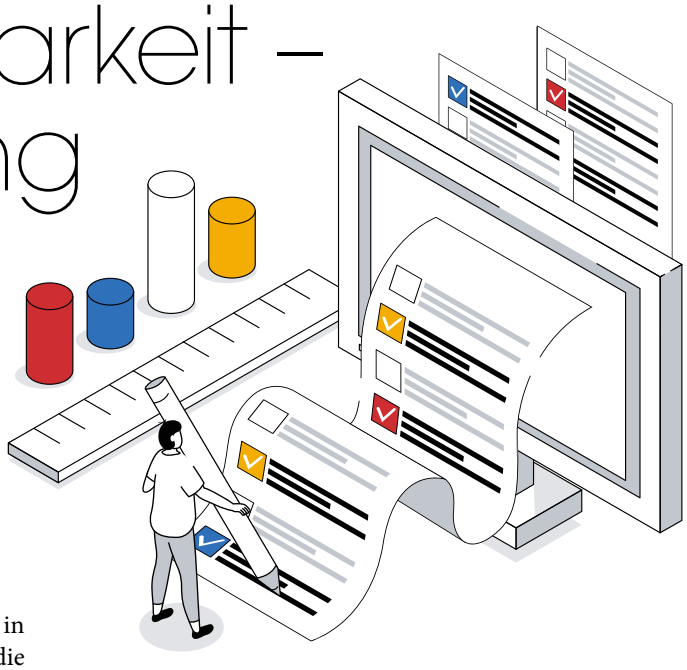
1. Mag. pharm. Raimund PODROSCHKO
2. Mag. pharm. Catherine BADER

Weitere Reihenfolge:

Mag. pharm. Ruth WIELLANDT
Mag. pharm. Gerold EVANZIN
Mag. pharm. Sonja GUNTSCHNIG
Mag. pharm. Matej GRGIC
Mag. pharm. Selina FLADERER-GROLLITSCH
Mag. pharm. Sarmed AL MANAWI
Mag. pharm. Barbara SEHNAL-GABRIEL
Mag. pharm. Michael EIGNER-ROTHE

Die aktuelle VAAÖ-Umfrage

Ruferreichbarkeit – Ihre Meinung war gefragt



Unsere aktuelle Umfrage thematisiert die Bereitschaftsdienste in Ruferreichbarkeit.

Bislang können Nacht- bzw. Bereitschaftsdienste in Ruferreichbarkeit gemacht werden, wenn sich die Apotheke in Turnus 1 bis Turnus 4 befindet, also mindestens 80 Nachtdienste pro Jahr übernimmt.

Ausdehnung auf höhere Turnusse?

Die Vertreter der Apothekenbesitzer wollen die Möglichkeit der Ruferreichbarkeit auf Apotheken in höheren Turnussen ausdehnen und verweisen darauf, dass wir im Kollektivvertrag vereinbart haben, dass angestellte ApothekerInnen wählen können, ob sie den Bereitschaftsdienst in Ruferreichbarkeit zu Hause oder in der Apotheke verbringen wollen, und dass die Bezahlung ohnehin dieselbe ist. Daher würde sich für die Angestellten nichts ändern und wir als AngestelltenvertreterInnen könnten ohne Bedenken einer entsprechenden Ausweitung zustimmen.

Faktencheck

Vor allem gilt bei einem Ruferreichbarkeitsdienst - im Gegensetz zur Bereitschaft in Anwesenheit - nicht die gesamte Zeit als Arbeitszeit im engeren Sinn und zieht infolgedessen andere Ruhezeiten nach sich: Man muss nicht unbedingt nach dem Nachtdienst nach Hause gehen, um eine verlängerte Ruhezeit einzuhalten. Das kann man als positiv empfinden, wenn im Nachtdienst wenig los war und man seinen Dienstplan ändern müsste, um die Ruhezeit einzuhalten. Nach einem intensiven Nachtdienst mit zahlreichen KundInnen ist man jedoch zumeist froh, danach nach Hause gehen zu können und nicht noch einen Tagdienst übernehmen zu müssen.

Herzlichen Dank an alle VAAÖ-Mitglieder, die sich die Zeit genommen haben, um an unserer Umfrage teilzunehmen! Für uns ist es sehr wichtig Ihre Meinung und Ihre Arbeitssituation zu kennen, damit wir Ihre Interessen bestmöglich vertreten können.

Außerdem kann man schwerlich von einem Dienst in Ruferreichbarkeit sprechen, wenn die ganze Nacht hindurch Kundenverkehr stattfindet. Arbeitsrechtlich versteht man unter Ruferreichbarkeit, dass sich eine Person an sich in Freizeit befindet und sich nur für einen eventuell eintretenden Notfall bereithält. Deshalb gibt es hier andere Ruhezeitenbestimmungen als bei Bereitschaftsdiensten in Anwesenheit. Auf die Apotheken übertragen kann eine Ruferreichbarkeit daher nur dort stattfinden, wo es im Normalfall keine oder sehr wenige Inanspruchnahmen im Nachtdienst gibt.

Umfrage-Ergebnisse

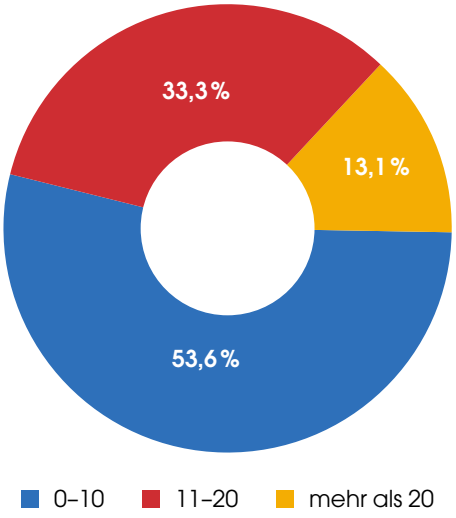
Wir wollten in unserer Umfrage daher von Ihnen wissen, wie die Situation in den Apotheken im jeweiligen Turnus ist, um abschätzen zu können, auf welche Turnusse einer Ausweitung der Ruferreichbarkeit zugestimmt werden kann. Dabei haben wir jeweils nach der Kundenanzahl zwischen Schließen der Apotheke bis 21:00 sowie um die Kundenzahlen nach 21:00 gefragt. Hier die zusammengefassten Ergebnisse:

Im Turnus 1 bis 4 finden in den ersten Stunden des Nachtdienstes noch in 46 % der Betriebe mehr als 10 Inanspruchnahmen statt, ab 21:00 Uhr nur noch in 14,3 %.

Im Turnus 5 und 6 gibt es zunächst auch nur in 35 % der Apotheken mehr als 10 Inanspruchnahmen, nach 21:00 allerdings auch nur knapp 10 %. Es dürfte sich also insgesamt um nicht sehr beanspruchte Nachtdienste handeln; die Mehrheit der TeilnehmerInnen würde den Nachtdienst daher auch gerne in Ruferreichbarkeit machen.

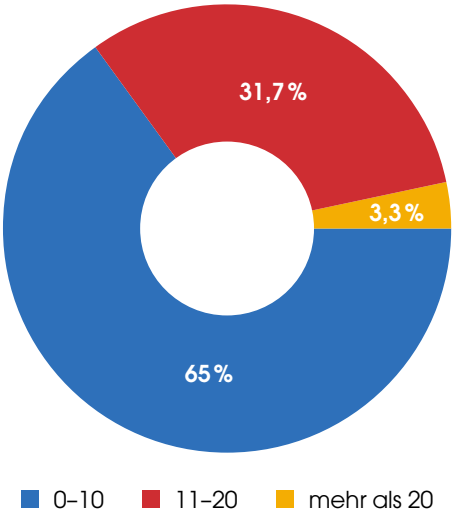
Bei Turnus 1–4:

Wie viele KundInnen kommen durchschnittlich in einem Nachtdienst zwischen 18 Uhr und 21 Uhr zur Apotheke?



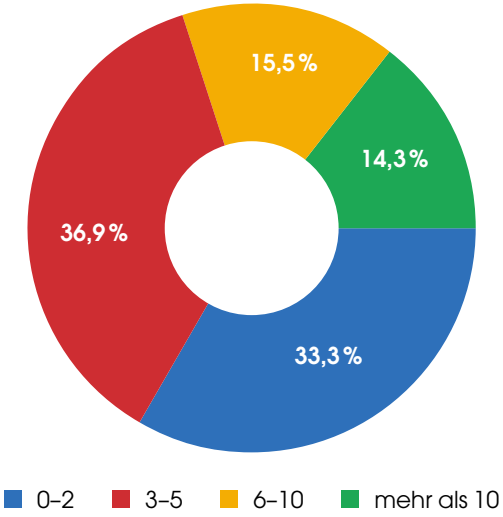
Bei Turnus 5–6:

Wie viele KundInnen kommen durchschnittlich in einem Nachtdienst zwischen 18 Uhr und 21 Uhr zur Apotheke?



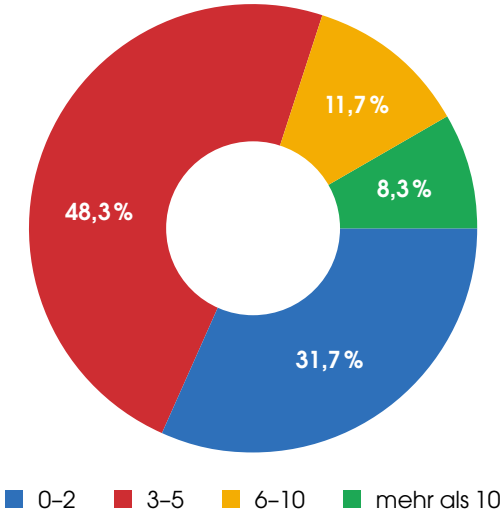
Bei Turnus 1–4:

Wie viele KundInnen kommen durchschnittlich in einem Nachtdienst zwischen 21 Uhr und 8 Uhr zur Apotheke?



Bei Turnus 5–6:

Wie viele KundInnen kommen durchschnittlich in einem Nachtdienst zwischen 21 Uhr und 8 Uhr zur Apotheke?

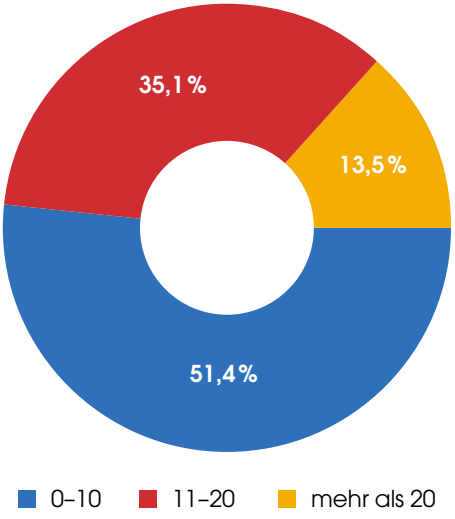


Im Turnus 7 und 8 erfolgen in der Hälfte der Apotheken bis 21:00 Uhr mehr als 10 Inanspruchnahmen und nach 21:00 Uhr in 16,2 % der Apotheken. Obwohl hier anscheinend nicht viel mehr Betrieb ist als in den Apotheken in Turnus 5 und 6 lehnt die Mehrheit der Umfrageteilnehmenden hier ab in Ruferreichbarkeit zu arbeiten.

Ab Turnus 9 gibt es nur in 12,4 % der Apotheken weniger als 10 Kunden bis 21:00 und nach 21:00 Uhr kommen in 63 % der Apotheken mehr als 10 Kunden. Hier kommt somit eine Ruferreichbarkeit keinesfalls in Frage.

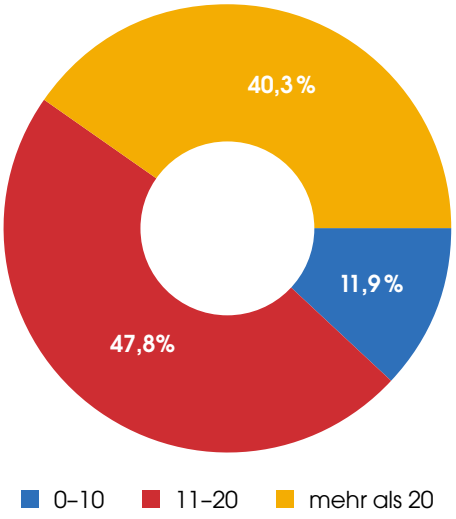
Bei Turnus 7–8:

Wie viele KundInnen kommen durchschnittlich in einem Nachtdienst zwischen 18 Uhr und 21 Uhr zur Apotheke?



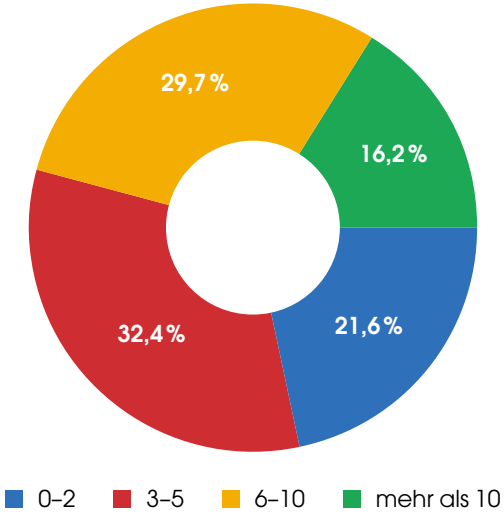
Ab Turnus 9:

Wie viele KundInnen kommen durchschnittlich in einem Nachtdienst zwischen 18 Uhr und 21 Uhr zur Apotheke?



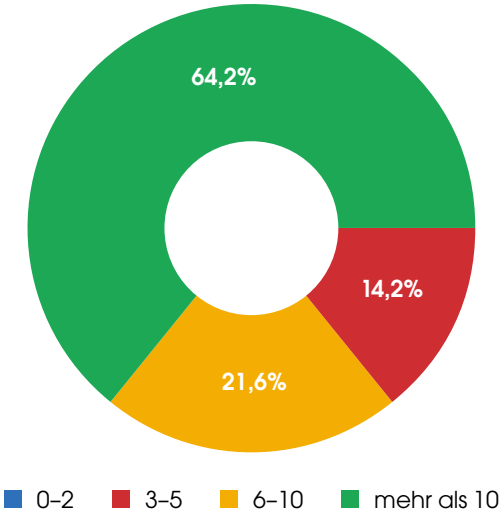
Bei Turnus 7–8:

Wie viele KundInnen kommen durchschnittlich in einem Nachtdienst zwischen 21 Uhr und 8 Uhr zur Apotheke?



Ab Turnus 9:

Wie viele KundInnen kommen durchschnittlich in einem Nachtdienst zwischen 21 Uhr und 8 Uhr zur Apotheke?



Die Apothekerkammer wird zu diesem Thema noch eigene Erhebungen durchführen.

Zwei Apothekensysteme im Dialog

Japan zu Gast in Wien

Zwei Gesundheitssysteme, ähnliche Herausforderungen – vor Kurzem war eine Delegation der Apothekerschaft Japans zu Gast im Apothekerhaus.

Enger Austausch, gute Gespräche – die japanische Delegation mit Marie-Luise Göschl, MA, LL.M., Mag. Franz Ferrari (Internationales & EU), Kammer-Vizepräsident Mag. pharm. Raimund Podroschko und Kammerpräsidentin Dr. Ulrike Mursch -Edlmayr (v.l.n.r.)

© Österreichische Apothekerkammer

Welche Rolle wird die öffentliche Apotheke in einer alternden Gesellschaft künftig übernehmen? Wie lassen sich Arzneimitteltherapiesicherheit und wohnortnahe Versorgung nachhaltig stärken? Und welche strukturellen Rahmenbedingungen braucht ein moderner Apothekerberuf?

Mit diesen Fragestellungen beschäftigte sich ein fachlicher Austausch zwischen einer hochrangigen Delegation der japanischen Apothekerschaft und Vertreterinnen und Vertretern der österreichischen ApothekerInnen im Apothekerhaus in Wien. **VAAÖ**-Präsident Mag. pharm. Raimund Podroschko als Vizepräsident der Österreichischen Apothekerkammer begrüßte die Apotheker-Funktionäre Hiroya Iijima, Daisuke Kobayashi und Yuzo Tokuyoshi zu einem intensiven Gedankenaustausch über die zukünftige Entwicklung der Pharmazie in beiden Ländern.

Den Einstieg bildete eine Vorstellung des österreichischen Apothekensystems durch Marie-Luise Göschl, MA, LL.M., Österr. Apothekerkammer. Im Mittelpunkt der anschließenden Gespräche stand jedoch vor allem das japanische Modell, das trotz unterschiedlicher historischer Entwicklungen bemerkenswerte Parallelen zu Österreich erkennen lässt.

Zwischen Tradition & Strukturwandel

Japan verfügt bei rund 120 Millionen Einwohnerinnen und Einwohnern über etwa 63.000 öffentliche Apotheken und rund 330.000 Apothekerinnen und Apotheker. Etwa 62 Prozent der Berufsangehörigen sind Frauen, rund 60 Prozent arbeiten in öffentlichen Apotheken, weitere 20 Prozent in Krankenhausapotheken; letztere sind in Bezug auf ihre Entlohnung wesentlich benachteiligt.

Das japanische Gesundheitssystem basiert auf einer allgemeinen Krankenversicherung mit freier Arztwahl. Anders als in Österreich existiert jedoch kein klassisches hausärztliches Gatekeeping. Patientinnen und Patienten können un-

mittelbar Fachärztinnen und Fachärzte aufsuchen, wodurch oftmals parallele Behandlungswege entstehen. Gerade vor dem Hintergrund steigender Multimorbidität gewinnt deshalb die koordinierende Rolle der Apothekerinnen und Apotheker zunehmend an Bedeutung.

Ein wesentlicher Unterschied zu Österreich liegt in der historischen Entwicklung der Arzneimittelversorgung. Während die Trennung von Verschreibung und Abgabe in Europa seit Jahrhunderten – in Österreich seit 800 Jahren - zu den Grundprinzipien des Apothekerberufs gehört, wurde sie in Japan erst vor rund fünfzig Jahren konsequent eingeführt. Ziel war es, die Arzneimitteltherapiesicherheit zu erhöhen und die unabhängige pharmazeutische Kontrolle zu stärken. Heute werden bereits rund drei Viertel aller Verschreibungen über öffentliche Apotheken eingelöst.

Apothekentypen und Versorgungsrealität

Eine Besonderheit des japanischen Systems ist die starke funktionelle Differenzierung der Apotheken. Es gibt Apotheken, die überwiegend oder ausschließlich verschreibungspflichtige Arzneimittel abgeben, Betriebe mit Fokus auf rezeptfreie Arzneimittel sowie Mischformen. In der Praxis hat sich vielerorts eine enge räumliche Bindung an Facharztordinationen entwickelt. PatientInnen suchen meist zuerst eine ärztliche Einrichtung auf und gehen anschließend in die unmittelbar benachbarte Apotheke. Eine übergeordnete Koordination des gesamten Medikationsgeschehens ist dadurch oft erschwert.

Die hohe Apothekendichte in Japan bedeutet nicht automatisch ein breites pharmazeutisches Leistungsangebot. Im Gegenteil: Ziel ist derzeit weniger ein weiterer Ausbau der Apothekenzahl als vielmehr eine qualitative Weiterentwicklung bestehender Betriebe. Gerade Dienstleistungen, die aus gesundheitspolitischer Sicht sinnvoll wären, werden oft nicht flächendeckend angeboten; dazu Marie-Luise Göschl: „Das japanische Gesundheitssystem hat mit Herausforderungen zu kämpfen, die innovative Lösungen verlangen. Deshalb war das Interesse an unseren neuen digitalen Entwicklungen wie bspw. die ApoApp sehr groß."

Wirtschaftliche Rahmenbedingungen

Besonders interessant war für die österreichischen Gesprächspartner die wirtschaftliche Struktur des japanischen Apothekenwesens. Der Schwerpunkt liegt eindeutig auf der Versorgung mit verschreibungspflichtigen Arzneimitteln. OTC-Produkte werden überwiegend über Drogeriemärkte vertrieben und sind aufgrund des intensiven Preiswettbewerbs für viele öffentliche Apotheken wirtschaftlich kaum attraktiv. Übrigens müssen Hilfskräfte drei Jahre in der Apotheke gearbeitet haben, bevor sie OTC-Produkte abgeben dürfen. Der durchschnittliche Arbeitsanfall beträgt rund 40 Verschreibungen pro Apothekerin bzw. Apotheker und Tag. Viele Arzneimittel werden als Bulkware geliefert und patien-

In Japan sind etwa 62 Prozent der Berufsangehörigen Frauen, rund 60 Prozent arbeiten in öffentlichen Apotheken, weitere 20 Prozent in Krankenhausapotheken.

© VAAÖ

Selbstverständlich wurden auch kleine Geschenke ausgetauscht.

Die japanische Kampo-Medizin

Japan besitzt mit der Kampo-Medizin eine jahrhundertealte Tradition pflanzlicher Arzneimittel. Kampo entwickelte sich aus der traditionellen chinesischen Medizin, wurde aber im Laufe der Jahrhunderte eigenständig weiterentwickelt.

Der entscheidende Unterschied zu Europa:

- Es werden nicht individuell zusammengestellte Teemischungen verordnet.
- Stattdessen existieren standardisierte Rezepturen, die industriell hergestellt werden.
- Diese Kampo-Arzneimittel besitzen den Status vollwertiger Arzneimittel und unterliegen denselben Qualitätsanforderungen wie synthetische Medikamente.

Heute sind 148 Kampo-Rezepturen im japanischen Krankenversicherungssystem erstattungsfähig; zusätzlich existieren zahlreiche OTC-Kampo-Präparate. Viele japanische Ärztinnen und Ärzte verschreiben sie ganz selbstverständlich neben konventionellen Arzneimitteln.

© VAAÖ

Dr. Stefan Brenner führte durch „sein“ Kammerlabor, das mit großem Interesse besichtigt wurde.

tenindividuell in der Apotheke konfektioniert. Parallel dazu schreitet die Digitalisierung kontinuierlich voran. Das elektronische Rezept ist insbesondere im niedergelassenen Bereich bereits breit etabliert und wird laufend weiterentwickelt. Patientinnen und Patienten tragen grundsätzlich einen Eigenkostenanteil von 30 Prozent der Arzneimittelkosten. Für ältere Menschen reduziert sich dieser abhängig vom Alter auf 20 beziehungsweise 10 Prozent. Gleichzeitig sorgen gesetzliche Obergrenzen dafür, dass hochpreisige Arzneimitteltherapien keine unzumutbaren finanziellen Belastungen verursachen.

Alternde Gesellschaft als Herausforderung

Trotz unterschiedlicher Versorgungsstrukturen wurde im Verlauf der Gespräche deutlich, dass beide Länder vor nahezu identischen gesundheitspolitischen Herausforderungen stehen. Die demografische Entwicklung führt zu einer stetig wachsenden Zahl multimorbider Patientinnen und Patienten, komplexeren Arzneimitteltherapien und einem steigenden Bedarf an pharmazeutischer Begleitung. Gleichzeitig wächst der Anspruch, Gesundheitsleistungen wohnortnah, effizient und qualitätsgesichert anzubieten.

Hiroya Iijima, Inhaber zweier Apotheken, Funktionär der japanischen Apothekerkammer sowie Berater des japanischen Gesundheitsministeriums, betonte, dass die Pharmazie ein traditionsreicher Beruf ist. Gerade deshalb muss sie sich kontinuierlich weiterentwickeln, um den Anforderungen einer modernen Gesundheitsversorgung gerecht zu werden.

Auch Daisuke Kobayashi, der mehrere Jahre in Deutschland studierte und Österreich seit Langem eng verbunden ist, hob die Bedeutung des internationalen Erfahrungsaustausches hervor. Besonders die berufliche Eigenständigkeit der österreichischen Apothekerschaft sowie deren aktive Rolle bei der Entwicklung neuer pharmazeutischer Dienstleistungen würden in Japan aufmerksam verfolgt.

Für Präs. Podroschko war der Besuch ein eindrucksvoller Beleg dafür, dass gesundheitspolitische Entwicklungen längst international gedacht werden müssen. „Ob Digitalisierung, Medikationsanalyse, Prävention oder die Rolle der Apotheke in der Primärversorgung – viele Fragestellungen beschäftigen Gesundheitssysteme weltweit. Gerade deshalb ist der Austausch mit Kolleginnen und Kollegen anderer Länder von unschätzbarem Wert. Er erweitert den Blickwinkel und hilft dabei, erfolgreiche Lösungsansätze frühzeitig zu erkennen und für Österreich nutzbar zu machen.“

Der Besuch der japanischen Delegation verdeutlichte einmal mehr, dass die Pharmazie heute Teil eines internationalen Wissens- und Erfahrungsaustausches ist. Nationale Besonderheiten bleiben bestehen – die großen Zukunftsfragen sind jedoch dieselben. Umso wichtiger wird der Dialog zwischen den Gesundheitssystemen.

Magistrale Rezeptur in Japan

Die klassische magistrale Rezeptur spielt in Japan heute nur noch eine untergeordnete Rolle. Dafür gibt es mehrere Gründe:

- Der Arzneimittelmarkt ist extrem stark industrialisiert.
- Es gibt ein sehr großes Angebot standardisierter Fertigarzneimittel.
- Die meisten öffentlichen Apotheken sind auf die rasche Bearbeitung ärztlicher Verschreibungen spezialisiert.
- Zwar werden viele Arzneimittel patientenindividuell aus Bulkware abgezählt und abgepackt, echte individuelle Rezepturen wie Salben, Lösungen, Kapseln etc. werden jedoch deutlich seltener hergestellt als in Österreich.

Gerade deshalb dürfte die österreichische Magistrale Rezeptur für die japanischen Gäste durchaus interessant gewesen sein.

Aufgrund des fehlenden hausärztlichen Gatekeepings gewinnt vor dem Hintergrund steigender Multimorbidität die koordinierende Rolle der Apothekerinnen und Apotheker zunehmend an Bedeutung.

Verpflichtende Fortbildung

Dienstgeber-Beitrag wurde erhöht

Mit 2026 erhöht sich der Beitrag, den der Dienstgeber im Rahmen der Verpflichtenden Fortbildung zu übernehmen hat.

von Ursula Thalmann

Im Art. XI des Kollektivvertrags für Pharmazeutische Fachkräfte haben wir im Zuge der Verhandlungen zu den Rahmenbedingungen der Verpflichtenden Fortbildung nicht nur den Freistellungsanspruch für alle berufsberechtigten Apothekerinnen und Apotheker durchgesetzt, der es Ihnen ermöglichen soll Ihre Fortbildungsverpflichtung zu erfüllen. Uns ging es darum, dass Sie als angestellte Apothekerin, angestellter Apotheker die gesamte Belastung nicht alleine tragen müssen. Deshalb haben wir auch im Abs. 9 die Verpflichtung zur Übernahme der Fortbildungskosten durch die Dienstgeber bis zum Betrag von € 200,– geregelt sowie eine Wertsicherungsklausel. Diese besagt, dass der Betrag um den Prozentsatz zu erhöhen ist, um den die Tagungsgebühren der Fortbildungen der Apothekerkammer in Schladming und Pörtschach sowie der Kongresse in Salzburg und Wien im Herbst im Durchschnitt steigen.

Der Betrag, den der Dienstgeber insgesamt pro Dienstjahr – gegen Vorlage der Rechnung - an Teilnahmegebühren zu übernehmen hat, wurde nun entsprechend erhöht und beträgt für 2026 somit € 213,–.

Für alle Fragen rund ums Thema Fortbildung und Freistellung - wie auch zu anderen Themen des Arbeitsrechts - steht Ihnen die Rechtsabteilung wie immer gerne unter E-Mail rechtsberatung@vaaoe.at oder Tel.nr. 01 404 14 411 zur Verfügung.

Mag. iur. Ursula Thalmann
Leiterin der VAAÖ-Rechtsabteilung

Der Betrag, den der Dienstgeber insgesamt pro Dienstjahr an Teilnahmegebühren zu übernehmen hat, wurde nun entsprechend erhöht und beträgt für 2026 somit € 213,–.

Mag. pharm. Carina Geisenfelder-Granig im Gespräch

„Den Apothekerberuf ein Stück weit neu denken"

Mag. pharm. Carina Geisenfelder-Granig ist angestellte Apothekerin in einer öffentlichen Apotheke und lebt mit ihrer Familie in Tirol. Seit neuestem ist sie Mitglied der Akkreditierungskommission. Zudem ist sie Kursleiterin des „Südtiroler Stammtisches" sowie des Aspirantenkurses „Ernährung und Nahrungsergänzungsmittel" in Tirol. Ihre Freizeit verbringt sie am liebsten in der Natur vor der Haustür – auf dem Rennrad, beim Langlaufen, Berggehen oder beim „Kinderwagln".

© Beigestellt

Mag. pharm. Carina Geisenfelder-Granig engagiert sich bei den Austrian Young Pharmacists und für ihre Kolleginnen und Kollegen in Tirol und Südtirol.

pharmazie sozial: Warum setzen Sie sich bei den Austrian Young Pharmacists als Zweigverband des VAAÖ für die Anliegen der AspirantInnen und „JungapothekerInnen" ein?

Mag. pharm. Carina Geisenfelder-Granig: Ich suche den Austausch mit motivierten KollegInnen, die den Apothekerberuf aktiv weiterentwickeln möchten. Außerdem möchte ich den Aspirantinnen und Aspiranten den Einstieg in den Berufsalltag erleichtern. Mein Ziel ist es, den Apothekerberuf ein Stück weit neu zu denken. Durch Vernetzung und gemeinsame Initiativen entstehen neue Ideen, die den Berufsalltag abwechslungsreicher gestalten und die Vielfalt unseres Berufs für neue KollegInnen und KundInnen sichtbar machen.

Derzeit befinde ich mich in Karenz und freue ich mich darauf, mich anschließend wieder für unseren Berufsstand einsetzen zu können.

pharmazie sozial: Gibt es Themen- oder Fachbereiche, die Ihnen besonders am Herzen liegen?

Geisenfelder-Granig: Grundsätzlich liegt mir am Herzen, dass wir unsere pharmazeutische Expertise vermitteln. Unser Berufsstand genießt ein hohes Vertrauen – dieses sollten wir stärken, indem wir uns auf wissenschaftlich fundierte Beratung konzentrieren und unser Angebotsspektrum erweitern.

Gemeinsam mit Mag. pharm. Stefanie Lair haben wir den „Südtiroler Stammtisch" ins Leben gerufen, um AspirantInnen aus Südtirol (Italien) einen einfachen Zugang zu Informationen der Österreichischen Apothekerkammer zu ermöglichen. Die AspirantInnen legen ihre Prüfung in der Landesgeschäftsstelle Tirol ab, obwohl sich die rechtlichen und praktischen Rahmenbedingungen erheblich unterscheiden. Mit dem „Südtiroler Stammtisch" schaffen wir eine Plattform für Information, Austausch und Unterstützung. Nach meiner Karenz werde ich dieses Angebot wieder weiterführen.

pharmazie sozial: Wie und wo sehen Sie die Zukunft der österreichischen Apothekerinnen und Apotheker; wohin wird „die Reise" Ihrer Ansicht nach gehen? Wie können sie sich am besten darauf vorbereiten?

Geisenfelder-Granig: Ich sehe die Zukunft unseres Berufes in der Ausweitung pharmazeutischer Dienstleistungen und in einer stärkeren Nutzung unseres Fachwissens. Unser Wissen birgt enormes Potenzial, das derzeit noch längst nicht ausgeschöpft wird. Der Bereich, in dem wir heute tätig sind, bildet nur einen Teil dessen ab, was ApothekerInnen leisten können.

Mein Mann arbeitet in einer Krankenhausapotheke und begleitet die ÄrztInnen bei der Visite. Dort wird täglich sichtbar, welchen Stellenwert pharmazeutische Expertise im Gesundheitswesen haben kann und welchen Mehrwert sie für die PatientInnen aber auch interdisziplinär bietet. Wenn es uns gelingt, diesen Wert auch in den öffentlichen Apotheken noch stärker zu etablieren, blicke ich sehr optimistisch in die Zukunft unseres Berufsstandes.

„Unser Wissen birgt enormes Potenzial, das derzeit noch längst nicht ausgeschöpft wird."

pharmazie sozial: Was ist Ihre Botschaft an die Kolleginnen und Kollegen angesichts der vielen Herausforderungen, die auf uns zukommen?

Geisenfelder-Granig: Herausforderungen spornen an – sie bieten die Möglichkeit, Bestehendes weiterzuentwickeln und unser Potenzial neu einzusetzen. Deshalb ist es mir ein großes Anliegen, dass wir Veränderungen offen begegnen und den Fokus auf ein konstruktives Miteinander sowie die hohe Qualität unserer Arbeit legen. Wir sollten uns ständig überlegen, was wir gemeinsam erreichen können. Veränderungsbereitschaft eröffnet Chancen – Bewährtes zu bewahren kann wichtig sein – gleichzeitig lohnt es sich neue Wege zu gehen.

Ich bin überzeugt: Die Zukunft unseres Berufes bietet viele Möglichkeiten. Deshalb mein Appell: Lasst sie uns aktiv und gemeinsam gestalten.

Mag. pharm. Sarmed Al Manawi im Gespräch

„Unsere Kompetenz weiterentwickeln"

Mag. pharm. Sarmed Al Manawi engagiert sich seit 2022 bei den Austrian Young Pharmacists und vielseitig im VAAÖ.

pharmazie sozial: Warum setzen Sie sich bei den Austrian Young Pharmacists als Zweigverband des VAAÖ für die Anliegen der AspirantInnen und „JungapothekerInnen" ein?
Mag. pharm. Sarmed Al Manawi: Ich bin überzeugt, dass sich unser Berufsstand nur dann weiterentwickeln kann, wenn wir uns selbst aktiv einbringen. Die Austrian Young Pharmacists bieten jungen Kolleginnen und Kollegen die Möglichkeit, Ideen einzubringen, Erfahrungen auszutauschen und die Zukunft unseres Berufs mitzugestalten. Genau das hat mich motiviert, mich zu engagieren. Gerade zu Beginn des Berufslebens tauchen viele fachliche und berufliche Fragen auf. Ich halte es für wichtig, dass junge Apothekerinnen und Apotheker eine Anlaufstelle haben, die sie unterstützt und ihnen Orientierung gibt. Gleichzeitig sehe ich es als unsere gemeinsame Aufgabe, den Stellenwert unseres Berufs weiterzuentwickeln und unsere pharmazeutische Kompetenz sowohl innerhalb des Gesundheitssystems als auch in der Öffentlichkeit sichtbarer zu machen.

pharmazie sozial: Gibt es Themen- oder Fachbereiche, die Ihnen besonders am Herzen liegen?
Al Manawi: Besonders am Herzen liegen mir die evidenzbasierte Pharmazie und die Arzneimitteltherapiesicherheit. Apothekerinnen und Apotheker verfügen über ein umfassendes Wissen rund um Arzneimittel – dieses Wissen sollte noch stärker in die Versorgung der Patientinnen und Patienten einfließen. Ein weiterer Schwerpunkt ist für mich die Weiterentwicklung unseres Berufsbildes. Ich wünsche mir, dass wir unsere pharmazeutischen Kompetenzen künftig noch stärker einbringen können und langfristig auch Spezialisierungsmöglichkeiten erhalten, wie sie in anderen Ländern bereits etabliert sind. Dadurch könnten wir unsere Expertise gezielter einsetzen und gleichzeitig den Nutzen für Patientinnen und Patienten weiter erhöhen.

pharmazie sozial: Wie und wo sehen Sie die Zukunft der österreichischen Apothekerinnen und Apotheker; wohin wird „die Reise" Ihrer Ansicht nach gehen? Wie können sie sich am besten darauf vorbereiten?
Al Manawi: Ich sehe Apothekerinnen und Apotheker künftig noch stärker als unverzichtbare Arzneimittelexpertinnen und -experten innerhalb eines interprofessionellen Gesundheitssystems. Die Bevölkerung wird aufgrund des demografischen Wandels, zunehmender Multimorbidität und komplexerer Arzneimitteltherapien immer häufiger auf fundierte pharmazeutische Beratung angewiesen sein. Damit geht auch eine Weiterentwicklung unseres Berufsbildes einher. Ich wünsche mir, dass sich unser Berufsbild künftig stärker differenziert und anerkannte Spezialisierungen geschaffen werden. Die pharmazeutische Versorgung wird zunehmend komplexer – etwa in den Bereichen Geriatrie, Onkologie oder Infektiologie. Strukturierte Spezialisierungsprogramme würden es Apothekerinnen und Apothekern ermöglichen, ihre Expertise gezielt zu vertiefen und ihre Kompetenzen noch stärker in die Patientenversorgung einzubringen. Lebenslanges Lernen, wissenschaftliches Arbeiten und die Bereitschaft, neue Entwicklungen offen aufzugreifen, werden dabei entscheidend sein. Gleichzeitig dürfen wir unsere größte Stärke nicht aus den Augen verlieren: die persönliche Beratung und Betreuung. Digitalisierung und künstliche Intelligenz werden viele Prozesse erleichtern, sie können aber die individuelle pharmazeutische Einschätzung und das Gespräch mit den Patientinnen und Patienten nicht ersetzen.

pharmazie sozial: Was ist Ihre Botschaft an die Kolleginnen und Kollegen angesichts der vielen Herausforderungen, die auf uns zukommen?
Al Manawi: Ich wünsche mir, dass wir selbstbewusst auf unsere fachliche Kompetenz vertrauen und diese auch nach außen hin vertreten. Wir verfügen über eine hervorragende pharmazeutische Ausbildung. Die Herausforderung der nächsten Jahre wird sein, diese Kompetenz nicht nur zu erhalten, sondern sie für Patientinnen und Patienten noch sichtbarer und besser nutzbar zu machen. Wenn wir unser Wissen kontinuierlich erweitern, offen für Veränderungen bleiben und uns gemeinsam für die Weiterentwicklung unseres Berufes einsetzen, können wir die Zukunft der Pharmazie aktiv mitgestalten. Ich bin überzeugt, dass gerade die junge Generation dabei eine entscheidende Rolle spielen wird.

stärken und

© Miriam Mehlman

Mag. pharm. Sarmed Al Manawi ist angestellter Apotheker und engagiert sich neben seiner Tätigkeit in Wien vielfältig für die Weiterentwicklung des Berufsstandes. Er verfasst Fachartikel und Lecture Boards für pharmazeutische Fachzeitschriften, ist Mitglied der Akkreditierungskommission für Fortbildung und Spezialgebiete der Österreichischen Apothekerkammer sowie Vorstandsmitglied der Austrian Young Pharmacists. Darüber hinaus ist er Vortragender im Rahmen des Projekts „Apo@school“ und engagiert sich regelmäßig für soziale Initiativen, unter anderem aktuell für die Brillensammelaktion zugunsten des Blindenapostolats.

Seine fachlichen Schwerpunkte liegen in der Arzneimitteltherapiesicherheit und der Weiterentwicklung des Apothekerberufs. In seiner Freizeit findet Al Manawi Ausgleich bei Sport und Fitness, ist gerne mit dem Fahrrad unterwegs und verbringt möglichst viel Zeit in der Natur.

„Ich wünsche mir, dass wir selbstbewusst auf unsere fachliche Kompetenz vertrauen und diese auch nach außen hin vertreten.“

15. EPhEU-Generalversammlung in Berlin

Berufspolitik jenseits des Tellerrandes

Auf der diesjährigen EPhEU-Generalversammlung wurden für die angestellten ApothekerInnen essenzielle Themen diskutiert sowie zukünftige konzertierte Strategien festgelegt.

Im Rahmen der Berichte aus den Mitgliedsstaaten erläuterten VAAÖ-Direktor Valecka und VAAÖ-Präsident Podroschko aktuelle Themen der österreichischen ApothekerInnen.

Gesundheitspolitik wird heute längst nicht mehr ausschließlich in den nationalen Gremien gestaltet. Zahlreiche Entscheidungen, die den Berufsalltag von Apothekerinnen und Apothekern unmittelbar beeinflussen, entstehen auf europäischer Ebene – deshalb müssen die Interessenvertretungen auch dort präsent sein.

Vor diesem Hintergrund kam der 15. Generalversammlung der European Association of Employed Community Pharmacists in Europe (EPhEU) in Berlin besondere Bedeutung zu. Auf Einladung der deutschen Apothekergewerkschaft ADEXA trafen sich Delegierte aus zahlreichen europäischen Ländern, um aktuelle Entwicklungen zu analysieren, gemeinsame Positionen zu erarbeiten und die strategische Ausrichtung des europäischen Dachverbandes festzulegen.

Für Österreich nahmen **VAAÖ**-Präsident Mag. pharm. Raimund Podroschko, **VAAÖ**-Direktor und EPhEU-Kassier Mag. Norbert Valecka – beide sind seit vielen Jahren aktiv in der europäischen Standespolitik tätig –, AYP-Präsidentin Mag. pharm. Jasmin Jandera sowie Past-Präsidentin Mag. pharm. Ulrike Mayer an der Generalversammlung teil.

Im Mittelpunkt: Europa im Wandel

Die Generalversammlung bot den Delegierten ein dichtes Arbeitsprogramm. Neben den statutengemäßen Tagesordnungspunkten – darunter Berichte des

Die VertreterInnen der EPhEU-Mitgliedsorganisationen mit ADEXA-Chef Andreas May (vorne rechts).

Präsidiums, Finanzbericht und die laufende Verbandsarbeit – standen vor allem die Länderberichte der Mitgliedsorganisationen im Mittelpunkt. Sie gehören traditionell zu den wichtigsten Programmpunkten der EPhEU, weil sie einen unmittelbaren Vergleich der berufspolitischen Entwicklungen in den einzelnen europäischen Gesundheitssystemen ermöglichen.

Idente Herausforderungen

Deutlich wurde dabei, dass sich die Rahmenbedingungen zwar von Land zu Land unterscheiden, die grundlegenden Herausforderungen jedoch nahezu identisch sind. Diskutiert wurden unter anderem der zunehmende Fachkräfte- bzw. Arbeitsplätzemangel, die wirtschaftliche Situation öffentlicher Apotheken, die Einbindung der Apothekerschaft in neue Versorgungsmodelle, Digitalisierung und AI sowie die Weiterentwicklung pharmazeutischer Dienstleistungen. Ebenso wurde über unterschiedliche Modelle der Honorierung und über die jeweiligen arbeitsrechtlichen Rahmenbedingungen der angestellten Apothekerinnen und Apotheker berichtet.

EU-Gesetzgebung

Breiten Raum nahmen auch aktuelle europäische Gesetzgebungsvorhaben ein. Die Delegierten befassten sich unter anderem mit der Umsetzung des EU-Pharmapakets, Fragen der Arzneimittelversorgung, der Sicherung der Magistralen Herstellung sowie mit den Auswirkungen neuer regulatorischer Vorgaben auf öffentliche Apotheken.

Gerade die Diskussionen rund um das Pharmapaket haben gezeigt, wie stark europäische Entscheidungen mittlerweile den Berufsalltag beeinflussen können.

Auch die Mobilität innerhalb Europas war Gegenstand der Beratungen. Die Anerkennung ausländischer Berufsqualifikationen sowie die Integration internationaler Fachkräfte beschäftigen inzwischen nahezu alle Gesundheitssysteme.

Mehr als Erfahrungsaustausch

Neben den fachlichen Diskussionen standen auch die Weiterentwicklung der EPhEU selbst sowie die Zusammenarbeit mit anderen europäischen Organisationen auf der Tagesordnung. Dabei wurde deutlich, dass sich die Rolle der EPhEU in den vergangenen Jahren wesentlich verändert hat. Aus einem klassischen Erfahrungsaustausch ist zunehmend eine Plattform geworden, auf der tragfähigen Antworten auf die Herausforderungen einer modernen Gesundheitsversorgung erarbeitet werden.

Die Länderberichte der Mitgliedsorganisationen zählen traditionell zu den wichtigsten Programmpunkten, weil sie einen unmittelbaren Vergleich der Entwicklungen in den einzelnen Gesundheitssystemen ermöglichen.

Psychohygiene

Die „Nullstellung" Gelassenheit

Der berufliche Alltag in der Apotheke ist anspruchsvoll. KundInnen haben Fragen zu schwierigen Themen oder Beschwerden, oft kombiniert mit Ungeduld oder sogar Aggression. Überbordende Bürokratie und Logistik fordern ihren Tribut. Hinzu kommen Zeitdruck, Verantwortung, genaue Abläufe, Teamabstimmungen und die ständige Anforderung, freundlich, konzentriert und fachlich sicher zu bleiben.

von Matthias Ithaler

Diese mentale Dauerbelastung kann dazu führen, dass Gedanken auch nach der Arbeit weiterlaufen: ein schwieriges Kundengespräch, eine unangenehme Situation im Team oder das Gefühl, nicht richtig reagiert zu haben.

Gedanken bewusst ordnen

Genau hier setzt Psychohygiene an. Sie beschreibt den bewussten Umgang mit Gedanken, Gefühlen und innerer Belastung. So wie körperliche Hygiene selbstverständlich ist, braucht auch der Kopf regelmäßige Pflege. Denn Gedanken beeinflussen Gefühle – und Gefühle beeinflussen unser Verhalten. Wer belastende Gedanken nicht bewusst ordnet, nimmt sie oft unbemerkt mit in den nächsten Kundenkontakt, in das Teamgespräch oder sogar mit nach Hause.

Eine wirkungsvolle Methode dafür ist die sogenannte Nullstellung. Gemeint ist damit ein inneres Zurücksetzen: störende Gedanken werden nicht verdrängt, sondern bewusst angesehen, neu bewertet und in eine hilfreichere Richtung gelenkt. Ziel ist es, wieder zu einer positiven, klaren und handlungsfähigen Geisteshaltung zu kommen.
So erreichen Sie die Nullstellung:

Schritt 1:

Der erste Schritt ist das bewusste Innehalten. Nach einer belastenden Situation hilft es, kurz aus dem automatischen Reagieren auszusteigen.

Die zentrale Frage lautet: Was habe ich erlebt oder gedacht – und was genau stört mich daran? Vielleicht war es ein unfreundlicher Satz der Kundschaft, ein Gefühl von Überforderung oder der Gedanke: „Ich hätte anders reagieren müssen." Durch diese Reflexion wird die Belastung greifbar. Sie bleibt nicht als diffuses Unwohlsein bestehen, sondern bekommt einen Namen.

Schritt 2:

Im zweiten Schritt wird die Situation innerlich nochmals betrachtet – diesmal jedoch in einer gewünschten, positiven Variante.

Die Frage lautet: Wie hätte ich gerne gedacht, gefühlt oder gehandelt? Dabei geht es nicht darum, die Realität schönzureden. Vielmehr wird eine neue innere Möglichkeit aufgebaut. Zum Beispiel: ruhig bleiben, klarer nachfragen, freundlich Grenzen setzen oder sich nicht persönlich angegriffen fühlen. Angenehme Worte, Bilder, Gefühle oder innere Sätze dürfen dabei bewusst verstärkt werden.

Schritt 3:

Der dritte Schritt ist die Identifikation mit dieser positiven Variante. Sie stellen sich vor, wie Sie beim nächsten Mal genau so reagieren: ruhig, professionell, klar und zugewandt. Dieses innere Durchleben stärkt die Bereitschaft, künftig anders zu handeln. Aus einem belastenden Erleb-

Psychohygiene beschreibt den bewussten Umgang mit Gedanken, Gefühlen und innerer Belastung.

für mentale

nis wird damit eine Lernsequenz. Der Gedanke verändert sich – und mit ihm auch das Gefühl und das zukünftige Verhalten.

Wertvoll für den Alltag

Gerade im Apothekenalltag kann diese Methode sehr wertvoll sein. Nach einem fordernden Kundengespräch kann eine kurze Nullstellung helfen, emotional nicht in der Situation hängen zu bleiben. Vor dem nächsten Beratungsgespräch entsteht wieder mehr innere Ruhe. Auch im Team kann Psychohygiene unterstützen, wenn Missverständnisse, Stress oder kleine Spannungen entstehen.

Ebenso wichtig ist die Anwendung im privaten Bereich. Wer berufliche Belastungen mit nach Hause nimmt, merkt oft, dass die Gedanken weiterarbeiten. Die Nullstellung kann helfen, den Tag bewusst abzuschließen. Was hat mich beschäftigt? Was möchte ich daraus lernen? Wie möchte ich morgen damit umgehen? Dadurch entsteht Abstand, ohne das Erlebte zu verdrängen.

Die Nullstellung ist eine einfache, alltagstaugliche Methode, um mentale Überanstrengung zu reduzieren, emotionale Klarheit zurückzugewinnen und wieder bewusster zu handeln.

Denn Psychohygiene bedeutet nicht, immer positiv sein zu müssen. Sie bedeutet, Verantwortung für die eigene innere Haltung zu übernehmen. Belastende Gedanken dürfen da sein, aber sie müssen nicht dauerhaft die Stimmung und das Verhalten bestimmen. Die Nullstellung ist eine einfache, alltagstaugliche Methode, um mentale Überanstrengung zu reduzieren, emotionale Klarheit zurückzugewinnen und wieder bewusster zu handeln.

Sie arbeiten täglich mit Menschen und brauchen nicht „nur“ Fachwissen und Kommunikationskompetenz, sondern auch innere Stabilität. Eine gepflegte mentale Haltung wirkt sich unmittelbar auf Beratung, Auftreten, Teamklima und persönliche Lebensqualität aus. Gute Psychohygiene beginnt daher mit einem Moment des Innehaltens – und mit der Entscheidung, Gedanken bewusst neu auszurichten.

Und denken Sie immer, worauf es wirklich ankommt: die Umsetzung zählt!

Matthias Ithaler ist Trainer und Berater mit Sitz in Frohnleiten und Graz.
www.ithaler.com,
buero@ithalerconsult.com

Medikation mit Einfluss auf die Thermoregulation

Hitze & Arzneimittel

Bestimmte Arzneimittel können einen massiven Einfluss auf die Thermoregulation haben. Worauf angesichts der derzeit teils extremen Temperaturen besonders zu achten ist.

von Carina Geisenfelder-Granig, Sarmed Al Manawi

Eigene Hitzeperioden führen europaweit zu einer erhöhten hitzebedingten Mortalität. Zu den besonders hitzevulnerablen Gruppen zählen ältere Menschen, PatientInnen mit chronischen Erkrankungen sowie Personen mit hitzerelevanter Medikation. Die Zuordnung hitzebedingter Todesfälle ist jedoch häufig komplex, da die unmittelbare Todesursache durch das Zusammenspiel verschiedener Faktoren beeinflusst wird. In Mortalitätsstatistiken kann die tatsächliche Belastung durch Hitze daher unterschätzt werden. Rückblickend lässt sich häufig nicht eindeutig feststellen, wodurch die Entgleisung der Thermoregulation ausgelöst wurde – ob durch die Medikation, eine zugrundeliegende Erkrankung, mehrere gleichzeitig wirkende Faktoren oder die Hitzebelastung selbst.

Laut Klimastatusbericht 2025 hat sich die Anzahl der Hitzetage (Tage mit einer Temperatur von ≥ 30 °C) in Deutschland, Österreich und der Schweiz im Vergleich zu früheren Jahrzehnten verdoppelt bis vervierfacht. Dadurch gewinnt auch in Mitteleuropa die Beratung hitzevulnerabler Patientengruppen zunehmend an Bedeutung.

Dabei sollte insbesondere der Einfluss verschiedener Arzneistoffe auf die Thermoregulation berücksichtigt werden. Um deren Auswirkungen auf den Wärmehaushalt des Körpers nachvollziehen zu können, ist zunächst ein Verständnis der physiologischen Grundlagen der Thermoregulation erforderlich.

Mechanismen der Thermoregulation

Die Regulation der Körpertemperatur erfolgt über ein komplexes Zusammenspiel aus zentraler Steuerung und peripherer Wahrnehmung. Thermorezeptoren in der Haut sowie zentrale Thermosensoren, insbesondere im Hypothalamus, erfassen Temperaturveränderungen und bilden gemeinsam das zentrale Regulationssystem des menschlichen Körpers.

Der Hypothalamus verarbeitet diese Informationen und koordiniert vegetative, metabolische sowie verhaltensbezogene Anpassungsreaktionen. Die Regulation der Wärmeabgabe kann dabei sowohl durch exogene Faktoren, beispielsweise Luftfeuchtigkeit oder Umgebungstemperatur, als auch durch endogene Faktoren wie Erkrankungen oder Arzneimittel beeinflusst werden.

Regulationsprozesse

Zur Aufrechterhaltung einer konstanten Körpertemperatur stehen dem Organismus verschiedene Regulations-

mechanismen zur Verfügung. Wesentlich sind dabei insbesondere die kardiovaskulären Anpassungen, da die Steigerung der Hautdurchblutung eine erhebliche Belastung für das Herz-Kreislauf-System darstellen kann. Die thermoregulatorischen Prozesse werden über sympathische Nervenbahnen gesteuert.

Dabei erfolgt die Regulation der Hautdurchblutung überwiegend über adrenerge Mechanismen, während die Aktivierung der ekkrinen Schweißdrüsen eine Besonderheit des sympathischen Nervensystems darstellt. Diese erfolgt cholinerg über Acetylcholin.

Vegetative Anpassungen

- Der Sympathikus aktiviert kardiovaskuläre Anpassungen. Durch die Freisetzung von Noradrenalin kommt es über β_1-Rezeptoren zu einer Steigerung der Herzfrequenz, wodurch die erhöhte Kreislaufbelastung während der Wärmeabgabe unterstützt wird.
- Die Vasodilatation der Hautgefäße entsteht überwiegend durch eine Reduktion des adrenergen Vasokonstriktortonus. Dadurch nimmt die über α_1-Rezeptoren vermittelte Gefäßverengung ab, wodurch die Hautdurchblutung gesteigert und Wärme an die Körperoberfläche abgegeben werden kann. Zusätzlich tragen aktive vasodilatatorische Mechanismen zur Erweiterung der Hautgefäße bei. Acetylcholin spielt bei der Regulation der kutanen Vasodilatation nur eine untergeordnete Rolle.
- Die ekkrinen Schweißdrüsen werden zwar sympathisch innerviert, verwenden jedoch Acetylcholin als Neurotransmitter. Die Schweißverdunstung stellt insbesondere bei hoher Umgebungstemperatur oder körperlicher Belastung einen zentralen Mechanismus der Wärmeabgabe dar.

Metabolische Anpassungen

- Die Wärmeproduktion des Körpers wird reduziert.
- Stoffwechselprozesse werden gedrosselt, um die endogene Wärmeproduktion möglichst gering zu halten.
- Wärmeproduzierende Mechanismen wie Muskelzittern werden gehemmt.

Verhaltensanpassungen

- Ablegen zusätzlicher Kleidung
- Aufsuchen schattiger und kühler Bereiche
- Erhöhung der Flüssigkeitszufuhr
- Vermeidung körperlicher Belastung

Verminderte Anpassungsfähigkeit

Diese physiologischen Anpassungsmechanismen bilden die Grundlage für das Verständnis, warum bestimmte Arzneistoffe die Hitzetoleranz beeinflussen können. Medikamente können unter anderem die Hautdurchblutung, die Schweißsekretion, den Flüssigkeits- und Elektrolythaushalt, das Durstempfinden oder die Kreislaufregulation verändern und dadurch die Anpassungsfähigkeit des Organismus während Hitzeperioden einschränken. Gerade in der öffentlichen Apotheke zeigt sich dies häufig durch vermehrte Beschwerden wie Schwindel, Schwäche, Muskelkrämpfe, Verwirrtheit oder Kreislaufprobleme.

Besonders vulnerable Patientengruppen

Ein erhöhtes Risiko besteht insbesondere bei älteren Menschen, da mit zunehmendem Alter Durstempfinden, Schweißproduktion und die Fähigkeit zur Thermoregulation nachlassen. Gleichzeitig bestehen häufig mehrere chronische Erkrankungen sowie eine Polypharmazie, wodurch sich hitzebedingte Risiken zusätzlich verstärken können. Besondere Aufmerksamkeit verdienen unter anderem PatientInnen mit Herzinsuffizienz, arterieller Hypertonie, Diabetes mellitus oder chronischer Niereninsuffizienz. Auch Menschen mit neurologischen oder psychiatrischen Erkrankungen, Pflegebedürftige sowie Personen, die allein leben oder in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, können Warnzeichen einer Dehydratation oder Überwärmung häufig erst spät wahrnehmen oder nicht angemessen darauf reagieren.

Die Heidelberger Hitze-Tabelle

Die Heidelberger Hitze-Tabelle gibt einen detaillierten Überblick über Substanzklassen, die bei Hitze relevante Nebenwirkungen begünstigen können, und liefert Empfehlungen zur Risikominimierung. Bis zur Veröffentlichung der derzeit im Rahmen des Projekts *ADAPT-HEAT* entwickelten evidenzbasierten CALOR-Liste stellt sie eine wichtige Orientierungshilfe für die pharmazeutische Praxis dar. Nachfolgend ein Auszug

Arzneimittelgruppe	Worauf in der Apotheke achten?
Diuretika	Trinkmenge, Schwindel, Muskelkrämpfe, Gewichtsverlust
ACE-Hemmer/AT1-Blocker	orthostatische Beschwerden, Hypotonie
SGLT2-Hemmer	ausreichende Flüssigkeitszufuhr, Zeichen der Exsikkose
Anticholinergika	verminderte Schweißbildung, Delirrisiko
Antipsychotika	Wärmeregulation, Sedierung
Benzodiazepine/Z-Substanzen	Sturzgefahr, verminderte Reaktionsfähigkeit
Opioide	Sedierung, verminderte Flüssigkeitsaufnahme
Lithium	Intoxikationsgefahr bei Dehydratation
NSAR	Risiko eines akuten Nierenversagens bei Volumenmangel

Fallbeispiel: Herr M.

Herr M., 82 Jahre, lebt mit seiner Ehefrau zu Hause. Er leidet an arterieller Hypertonie sowie an einer seit 2015 bestehenden Parkinson-Erkrankung. Nach Diagnosestellung entwickelte sich zusätzlich eine Depression. Während einer mehrtägigen Hitzewelle berichtet seine Ehefrau, dass ihr Mann zunehmend müde wirkt, beim Aufstehen mehrfach ins Taumeln gerät und in den letzten Tagen deutlich weniger getrunken habe. Außerdem klagt er über Mundtrockenheit und fühlt sich „ungewöhnlich schlapp". In der Apotheke fragt die Ehefrau, ob es etwas gegen seine Beschwerden gibt.

Dauermedikation

Amlodipin 5 mg 0-0-1-0
Pramipexol ret. 0,52 mg 1-0-0-0
Levodopa/Benserazid TBL 100/25 mg 1-1-1-0
Levodopa/Benserazid CR 100/25 mg 0-0-0-1
Amitryptilin 25 mg 0-0-1-0

Pharmazeutische Bewertung

Parkinson-Erkrankung: Ältere PatientInnen mit Parkinson haben häufig bereits eine gestörte autonome Regulation. Dadurch können orthostatische Hypotonie und eine eingeschränkte Thermoregulation auftreten.

Amlodipin: Die vasodilatierende Wirkung kann bei Hitze einen Blutdruckabfall und Schwindel begünstigen.

Pramipexol: kann orthostatische Hypotonie, Schläfrigkeit und Schwindel verursachen – alles Faktoren, die sich bei Hitze verstärken können.

Amitriptylin: ist besonders interessant, weil es stark anticholinerge Eigenschaften besitzt. Es kann die Schweißsekretion vermindern und dadurch die Wärmeabgabe beeinträchtigen. Zudem können Mundtrockenheit, Verwirrtheit und Sturzrisiko zunehmen.

Levodopa/Benserazid (Madopar): kann ebenfalls zur orthostatischen Hypotonie beitragen und damit Kreislaufprobleme verstärken.

Mögliche Vorgehensweise für ApothekerInnen

Nach der Heidelberger Hitze-Tabelle sollte Amitryptilin vermieden und nach Möglichkeit auf ein Antidepressivum mit weniger anticholinergen UAW umgestellt werden. Zur Optimierung der Patientensicherheit und Gewährleistung einer klimaresilienten Versorgung ist eine Abstimmung mit der behandelnden Ärzteschaft erforderlich.

Der apothekerliche Rat

ausreichende Flüssigkeitszufuhr | langsam aufstehen | auf Schwindel und Stürze achten | Warnzeichen einer Überwärmung erkennen | Medikamente nicht eigenmächtig absetzen | körperliche Anstrengung während der heißesten Tagesstunden vermeiden | bei zunehmender Verwirrtheit oder Kreislaufproblemen wird die ärztliche Abklärung empfohlen

Hitzewelle? Fragen fürs Beratungsgespräch

- Trinken Sie derzeit ausreichend?
- Haben Sie in den letzten Tagen Schwindel oder Kreislaufprobleme bemerkt?
- Hat sich Ihre Urinmenge deutlich verändert?
- Haben Sie Muskelkrämpfe oder ungewohnte Müdigkeit?
- Haben Sie wegen der Hitze Medikamente selbstständig weggelassen oder anders eingenommen?

Tipps für Ihre KundInnen

- Auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten (sofern keine individuelle ärztliche Flüssigkeitsrestriktion besteht)
- Arzneimittel nicht eigenmächtig absetzen; Änderungen der Therapie nur nach ärztlicher Rücksprache
- Besonders gefährdete PatientInnen aktiv ansprechen
- Auf Warnzeichen wie Verwirrtheit, anhaltenden Schwindel, Synkopen oder verminderte Urinausscheidung achten
- Kühlkettenpflichtige Arzneimittel korrekt lagern und PatientInnen zur sachgerechten Aufbewahrung beraten
- Bei Verdacht auf Dehydratation oder Hitzeschäden eine ärztliche Abklärung empfehlen

Mag. pharm. Carina Geisenfelder-Granig

Mag. pharm. Sarmed Al Manawi

Gelsen, Wespen, Zecken & Co

Kleine Quälgeister im Sommer

Gelsen, Wespen und Zecken - Insekten, die im Sommer Hochsaison haben. Auch dazu ist die Beratung durch uns Apothekerinnen und Apotheker gefragt.

von Catherine Bader

Ob es um ein juckreizstillendes Gel für einen akuten Stich, die Aufrüstung der Reiseapotheke mit einem Antihistaminikum oder ein Repellent als vorbeugende Maßnahme zur Vermeidung von Insektenstichen geht, in der Apotheke können unsere KundInnen aus einem breiten Sortiment wählen und sich zu dem Thema von uns gut beraten lassen.

Gelsen- und Mückenstiche

Sobald die Tage länger andauern und die Temperaturen während der Sommermonate steigen, tauchen vor allem in der Nähe von stehenden Gewässern, aber auch in Gärten Gelsen und Mücken auf, die sehr lästig werden können.

Gelsen gehören zur Ordnung der Zweiflügler. Weltweit gibt es etwa 3800 Stechmückenarten, davon kommen 104 in Europa vor. Mit Hilfe eines spezialisierten Mundwerkzeuges, des stechendsaugenden Rüssels, können weibliche Gelsen die Haut der Wirte durchstechen und Blut saugen. Vor allem die in der Blutmahlzeit enthaltenen Proteine und das Eisen sind essenziell für die Produktion der Eier und somit wichtig für die Fortpflanzung der Mücken. Bestimmte Stechmücken übertragen schwere Infektionskrankheiten wie Malaria oder Denguefieber. Die Stechmücken sind die bedeutendsten Krankheitsüberträger und für mehr als 800.000 Todesfälle pro Jahr verantwortlich. Unsere heimischen Gelsen können zwar manchmal sehr lästig sein, aber im Normalfall sind die Stiche harmlos und klingen nach ein paar Tagen ab.

Die Kombination von Kleidung, die z. B. mit Permethrin imprägniert ist, und einem korrekt applizierten Repellent bietet einen sehr hohen Schutz gegen Mückenstiche.

Tipps zum Schutz vor Mückenstichen

- Draußen bieten lange Hosen und langärmelige Shirts aus möglichst dichtem Stoff Schutz. Helle Farben sind besser, da dunkle Kleidung für Mücken eher anziehend wirkt.
- Insektengitter an Fenstern und Balkontüren halten Mücken zuverlässig aus Wohn- und Schlafräumen fern. Auch Moskitonetze über den Betten oder dem Kinderwagen können vor allem im Urlaub sinnvoll sein, um Mückenstiche zu verhindern.
- Stehendes Wasser sollte gemieden werden: Vor allem Regentonnen, Blumentöpfe, Eimer oder Teiche sind ideale Brutplätze für Mücken. Deshalb ist es empfehlenswert diese Wasserstellen abzudecken oder zu vermeiden.
- Schweiß und starke Düfte vermeiden: Mücken orientieren sich auch am Körpergeruch. Parfümierte Produkte können ebenfalls anziehend wirken. Nach sportlicher Betätigung am besten gleich duschen und keine stark duftenden Kosmetika verwenden.
- Manche Ätherischen Öle können Gelsen verscheuchen. Dazu zählen unter anderem Lavendel, Citronella, Zitronengras, Zeder, Lorbeer, Teebaum, Rosmarin, Zimt und Weihrauch.
- Luftbewegung vertreibt die kleinen Quälgeister. Durch den Luftstrom eines Ventilators bleiben Gelsen weg.

Geeignete Repellentien

Eine weitere wichtige Maßnahme, um sich vor Gelsen- und Mückenstichen zu schützen, ist die Anwendung eines geeigneten Repellents auf der unbedeckten Haut. Vor allem in tropischen Gebieten und fernen Ländern kommen Insekten vor, die gefährliche Erkrankungen mit einem Stich übertragen können. In diesen Fällen ist es wichtig ein gut wirksames Insektenschutzmittel anzuwenden, um sich davor zu schützen.

Die Kombination von Kleidung, die z. B. mit Permethrin imprägniert ist, und einem korrekt applizierten Repellent bietet einen sehr hohen Schutz gegen Mückenstiche.

DEET

Der Wirkstoff DEET (N,N-Diethyl-m-toluamid) befindet sich schon lange am Markt und ist sehr gut untersucht. DEET besitzt eine lange Wirksamkeit von bis zu 8 Stunden gegen Mücken und bis zu 6 Stunden gegen Zecken. Für Risi-

kogebiete ist eine DEET-Konzentration von 30 bis 50 % im Produkt unbedingt empfehlenswert. Es gilt als sicher, gut hautverträglich und kann auch bei Kindern angewendet werden. Bei der Anwendung sollten Schleimhäute ausgespart werden, da es zu Reizungen kommen kann. Auch systemische Nebenwirkungen können auftreten, wenn vor allem permeationsfördernde Hautpflegeprodukte, z. B. mit Harnstoff oder Salicylsäure, verwendet werden. Ein großer Nachteil von DEET ist, dass es Gegenstände aus Plastik, Elasthan und lackierte Oberflächen angreifen oder auflösen kann. Also Vorsicht beim Tragen von Badeschuhen aus Kunststoff, Brillen, Uhren, Mobiltelefonen und Kameras.

Icaridin

Icaridin wird auch schon lange als Insektenschutzmittel angewendet. In einer Konzentration von mehr als 20% hat es eine ähnliche Wirksamkeit wie DEET und kann auch bei Kindern ab 6 Monaten angewendet werden. Es ist gut hautverträglich und hat den Vorteil, dass es keine Materialien aus Kunststoff angreift.

Korrekte Anwendung von Repellents

- auf die gesamte unbedeckte Haut auftragen, Nacken und Knöchel nicht vergessen
- Kontakt mit Schleimhäuten oder Wunden ist zu vermeiden
- Die Schutzdauer hängt von Faktoren wie Wirkstoff, Wirkstoffkonzentration, Temperatur, Luftfeuchtigkeit und Schwitzen ab. Normalerweise sollte man das Repellent nach 4 bis 6 Stunden bei fortbestehender Exposition erneut auftragen.
- Vor dem Schlafengehen Reste des Insektenschutzmittels entfernen.
- Bei gleichzeitiger Anwendung mit einer Sonnencreme ist diese zuerst aufzutragen, um ausreichenden Schutz vor der Sonne zu gewährleisten. Erst nach 20 bis 30 Minuten kann der Insektenspray verwendet werden. Kombinationspräparate sind nicht empfehlenswert. Es sollte beachtet werden, dass DEET die Wirksamkeit von Sonnenpräparaten um ca. 30 % senken kann. Der Schutzfaktor sollte dementsprechend angepasst werden.

Das hilft bei Mückenstichen

Wenn eine Mücke zusticht, gibt sie ein Sekret an die Einstichstelle der Haut ab, das örtlich betäubend wirkt und die Blutgerinnung hemmt. So kann sie das Blut durch ihren Rüssel saugen.

Auf dieses Sekret reagiert unser Körper mit einer Immunantwort. Mastzellen schütten Histamin aus, das gefäßerweiternd wirkt und Flüssigkeit ins Gewebe austreten lässt. Die Haut reagiert mit Juckreiz, Schwellung und Rötung. Vor allem der Juckreiz ist sehr lästig und quälend. Man sollte die juckende Stelle nicht kratzen. Denn über einen aufgekratzten Mückenstich können Bakterien in die Wunde gelangen und Infektionen verursachen.

Salben und kühlende Gele mit einem Antihistaminikum oder Hydrocortison wirken juckreizstillend.

Am besten ist es, die juckende Stelle zu kühlen, um die Entzündungsprozesse einzudämmen. Falls man kein geeignetes Präparat zur Behandlung von Mückenstichen zu Hause vorrätig hat, kann man folgende Hausmittel verwenden:

- ein paar Tropfen Essig
- eine aufgeschnittene Zwiebel
- eine Scheibe frischer Ingwer
- oder wenn man gerade in der Natur unterwegs ist, ein paar zwischen den Fingern zerriebene Blätter Schafgarbe oder Spitzwegerich

Salben und kühlende Gele mit einem Antihistaminikum oder Hydrocortison wirken juckreizstillend und dämmen die entzündliche Reaktion ein. Vor allem in der Reiseapotheke sollte ein lokal wirksames Antihistaminikum nicht fehlen. Die regelmäßige Anwendung über einige Tage ist empfehlenswert.

Batteriebetriebene Hitzestifte helfen ebenfalls den Juckreiz und die Schwellung zu reduzieren, indem sie die Einstichstelle auf 50 °C erwärmen. Durch die Wärme wird das Eiweiß der Mücke, das die entzündliche Reaktion auslöst, zerstört. Der Hitzestift sollte nach Möglichkeit unmittelbar oder zeitnah nach dem Stich angewendet werden.

Die asiatische Tigermücke

Tigermücken (Aedes albopictus) stammen ursprünglich aus tropischen und subtropischen Gebieten Süd- und Südostasi-

Die Tigermücke ist ein möglicher Vektor für über 20 verschiedene Krankheitserreger.

ens. Aufgrund der klimatischen Bedingungen und dem Gütertransport kann sich die Tigermücke weltweit sehr gut verbreiten.

Mit einem österreichweiten Monitoring mit Hilfe von Ovitraps (Eigelegefallen) wird das Auftreten und die Verbreitung gebietsfremder Stechmücken überwacht. Mittlerweile konnte die asiatische Tigermücke in allen Bundesländern nachgewiesen werden. Vor allem in Graz und in Teilen von Wien konnten sich beständige Populationen etablieren, die den Winter hier überstehen.

Konsequent bekämpfen

Tigermücken sind sogenannte „Container-Brüter" und bevorzugen zur Eiablage kleinste Wasserstellen; das können Baumhöhlen, Regentonnen, Vogeltränken, Gießkannen, verstopfte Dachrinnen, Blumenvasen, Pflanzenuntersetzer, Kübel, Dosen, Flaschen und Gläser sein. Besonders attraktiv zur Eiablage sind auch im Freien gelagerte Autoreifen mit angesammeltem Regenwasser. Ein Weibchen legt pro Eiablagezyklus etwa 40 bis 90 Eier ab, die sie auf verschiedene Wasserstellen verteilt. Etwa 10 bis 15 Tage nach dem Schlüpfen der Larven entwickeln sie sich zu ausgewachsenen Tigermücken. Die Eier der Tigermücke sind sehr robust und können auch monatelange Trockenheitsperioden und kühlere Temperaturen überdauern, bevor sie schlüpfen.
Die Tigermücke ist nicht nur auf Grund ihrer Tagesaktivität lästig, sie ist auch ein möglicher Vektor für über 20 verschiedene Krankheitserreger. Da sie anpassungsfähig ist und sich sehr schnell in ganz Europa ausbreitet, ist eine intensive Überwachung und die Bekämpfung durch gezielte Maßnahmen seitens der Bevölkerung besonders wichtig.

Brutstätten beseitigen

- kleine Wasserstellen, wie Vogeltränken oder Blumenuntersetzer mindestens einmal pro Woche entleeren
- Kleinstwasserstellen wie Schirmständer, Zaunrohre, Dekorelemente abdecken oder mit Sand befüllen
- Gegenstände wie Gießkannen, Reifen, leere Blumenkästen, Aschenbecher usw. unter dem Dach lagern oder umdrehen, damit sich kein Wasser ansammeln kann
- Regentonne abdecken
- verstopfte Dachrinnen vermeiden

Zeckenstiche

Zecken sind kleine Spinnentiere, die sich vom Blut der Tiere und Menschen ernähren. Dazu ritzt die Zecke die Haut ihrer Opfer leicht an und schiebt ihren mit Widerhacken besetzten Stechrüssel in die Wunde, wo er sich verankert. Dort saugt sie sich über mehrere Tage lang mit Blut voll; dabei können Krankheitserreger übertragen werden. Sobald es draußen wärmer wird, wachen sie aus ihrem Winterschlaf im Boden auf und werden aktiv. Am häufigsten kommen sie zwischen März und Oktober vor. Sie mögen feuchtes Wetter und Temperaturen bis 20 °C. Wer sich gerne im Wald, im Garten oder in Parks bewegt, ist gefährdet. Sie halten sich gerne im hohen Gras, losen Laub, Gestrüpp und Gebüsch auf. Zecken lassen sich nicht auf ihre Opfer fallen, sondern werden im Vorbeigehen oder Spielen am Boden unbemerkt mitgestreift. Besonders gefährdet sind daher spielende Kinder in Bodennähe.

Da Zecken Krankheiten wie z. B. FSME oder Borreliose übertragen, sollten Zeckenstiche generell vermieden werden.

So entfernt man Zecken richtig

FSME-Viren werden schon kurz nach einem Stich übertragen, Borrelien dagegen erst nach mehreren Stunden bis Tagen. Um das Risiko einer Borreliose zu reduzieren, sollte eine festgesaugte Zecke möglichst schnell entfernt werden.

- Man sollte die Zecke mit einem geeigneten Instrument wie z. B. einer feinen, spitzen Pinzette, einer Zeckenkarte oder einem Zeckenhacken möglichst nah an der Haut, also bei den Mundwerkzeugen und nicht dem Körper, greifen und langsam unter gleichmäßigem Zug gerade herausziehen.
- Die Zecke nicht drehen und quetschen, da so leichter Erreger in die Wunde kommen können. Wenn sich die Zecke schwer löst, kann leichtes Hin- und Herdrehen helfen.
- Wenn solche Hilfsmittel nicht zur Verfügung stehen, kann die Zecke auch mit den Fingernägeln entfernt werden. Auch hier ist die Zecke möglichst nah an der Stichstelle zu fassen.
- Auf keinen Fall Öl, Klebstoff oder andere Substanzen auf die Zecke träufeln. Sie bekommt Panik und gibt mehr Speichel und somit Krankheitserreger an die Wunde ab.
- Die Einstichstelle sollte anschließend mit einem Desinfektionsspray gereinigt werden.
- Verbleibt der Zeckenrüssel in der Wunde, kann eine leichte Entzündung entstehen, die meist harmlos ist. Die Haut entfernt diese Reste von selbst. Auf keinen Fall in

der Wunde herumbohren. Wenn sich die Stelle stärker entzündet und schmerzhaft ist, sollte ein Arzt aufgesucht werden.
- Nach dem Entfernen der Zecke sollte man die Stichstelle auf alle Fälle mehrere Wochen auf Veränderungen beobachten.

Frühsommer-Meningoenzephalitis

Die Frühsommer-Meningoenzephalitis, FSME, wird durch das FSME-Virus hervorgerufen, das in ganz Österreich endemisch ist. Die Übertragung findet in den meisten Fällen über einen Zeckenstich statt.

Die Krankheit verläuft in zwei Phasen. Nach einer Inkubationszeit von 4 bis 28 Tagen kommt es zu grippeähnlichen Symptomen mit Fieber und Gliederschmerzen. Bei etwa der Hälfte der FSME-Fälle bleibt es bei dieser ersten Phase; die Prognose ist in dem Fall sehr gut. Allerdings kann es nach einer kurzen beschwerdefreien Pause zu einer zweiten Phase der Erkrankung kommen, bei der das zentrale Nervensystem betroffen ist. Betroffenen können eine Meningitis, Enzephalitis und eine Myelitis erleiden. Die Erkrankung ist schwerwiegend und kann nur symptomatisch behandelt werden. Oft sind irreversible gesundheitliche Schäden die Folge. Die Schutzimpfung kann eine schwere Erkrankung und Folgeschäden verhindern.

Die Grundimmunisierung – bestehend aus drei Teilen – und Auffrischungsimpfungen:
- Die erst Impfung wird ab dem vollendeten ersten Lebensjahr empfohlen. Wenn es angezeigt ist, kann aber schon off-label ab dem vollendeten 6. Lebensmonat mit der Grundimmunisierung begonnen werden.
- Die 2. Impfung wird nach ein bis drei Monaten nach der 1. Impfung geimpft.
- Die 3. Impfung wird fünf bis zwölf Monate nach der 2. Impfung verabreicht
- Die 1. Auffrischungsimpfung findet nach drei Jahren statt.
- Dann wird alle fünf Jahre und ab dem Alter von 60 Jahren alle drei Jahre aufgefrischt.

Borreliose

Borreliose ist eine bakterielle Infektion und wird durch spiralförmige Bakterien, den Borrelien, verursacht. Die Bakterien werden häufig durch Zecken übertragen. Das Erkrankungsrisiko steigt deutlich mit der Dauer des Blutsaugens der Zecke.

Bei einer Infektion zeigt sich häufig eine sich ausbreitende Rötung rund um die Einstichstelle, eine sogenannte Wanderröte (Erythema migrans). Sie entwickelt sich innerhalb von wenigen Tagen bis über einem Monat nach dem infizierten Zeckenstich und bleibt bei den meisten Betroffenen die einzige Krankheitserscheinung. Aber bei einem Teil der Erkrankten kommt es nach Wochen, Monaten oder Jahren zu einem zweiten Stadium, bei dem Gelenke, das Nervensystem, die Haut oder andere Organsysteme befallen sein kön-

Tipps zum Schutz vor Zeckenstichen

- Typische Lebensräume von Zecken wie z. B. hohes Gras, Dickicht und Gebüsch meiden. Beim Wandern nicht abseits der Wege gehen.
- Lange Hosen, lange Ärmel und festes Schuhwerk bieten Zecken keine freie Haut. Zecken stechen nicht durch Kleidung durch. Kindern bietet eine Kopfbedeckung Schutz.
- Auf heller Kleidung werden Zecken leichter entdeckt als auf dunkler und können so rechtzeitig entfernt werden.
- Socken über die Hosenbeine ziehen, so können Zecken nicht am Hosenbein hochkrabbeln.
- Das Auftragen eines Zeckenschutzmittels (DEET) in Form eines Sprays oder einer Lotion auf der Haut und Kleidung bietet einen gewissen Schutz gegen Zeckenstiche. Nach mehreren Stunden sollte es wiederholt aufgetragen werden.
- Nach einem Aufenthalt im Freien sollte man Kleidung und Körper genau auf Zecken untersuchen. Vor allem Kniekehlen, Achsel, Genitalbereich, Rücken, Nacken, Kopf und Ohren sind sehr beliebt bei den Zecken. Sie stechen nicht sofort zu, sondern suchen sich eine geeignete Stelle und können so schon vorher entdeckt und entfernt werden.
- Keine Wildtiere streicheln oder berühren.
- Zecken können auch leicht vom Haustier auf den Menschen übertragen werden. Geeignete Zeckenschutzmittel für Tiere verhindern bzw. reduzieren den Befall durch Zecken. Die Tiere sollten auch regelmäßig auf Zecken untersucht werden.

nen. Wenn die Borreliose unerkannt bleibt oder nicht ausreichend durch Einnahme eines Antibiotikums behandelt wird, kann es zu bleibenden Schäden und gesundheitlichen Problemen kommen.

Die Borreliose ist die häufigste durch Zecken übertragene Infektion in Europa. Durch das rechtzeitige und vorsichtige Entfernen der Zecke kann eine Erkrankung verhindert werden.

Wespenstiche

Sommerzeit ist Wespenzeit und deshalb dauert es meist nicht lange, bis sich Wespen an sonnigen Tagen am Esstisch im Garten einfinden. Vor allem der Geruch von süßen Speisen und Getränken aber auch von gegrilltem Fleisch lockt sie an. Diese ungebetenen Gäste empfinden wir als lästig und gefährlich. Normalerweise sind sie nicht aggressiv. Allerdings stechen Wespen zu, wenn sie sich bedroht, eingeengt oder in Panik fühlen.

Durch bestimmte Verhaltensweisen kann man vermeiden, dass Wespen aggressiv werden und zustechen.

- Müll und Wespennester sollten gemieden werden, da sich gerade dort viele Wespen aufhalten. Wenn man sich einem Wespennest nähert, wird die Brut aggressiv verteidigt.
- Ruhig bleiben: keine hektischen Bewegungen und kein Wegschlagen der Tiere, da sie dadurch gereizt werden und schneller zustechen. Am besten die Wespen vorsichtig vom Essen wegschieben.
- Nicht Wegpusten: Das Kohlendioxid in der Atemluft ist für Wespen ein Alarmsignal. Am besten den Mund geschlossen halten, wenn sich die Wespe dem Gesicht nähert.
- Lebensmittel und Getränke abdecken und Essensreste gleich wegräumen, damit Wespen nicht angezogen werden. Beim Essen und Trinken sollte man vorsichtig sein. Vor allem Dosen und Flaschen, die nicht durchsichtig sind, bergen die Gefahr, dass die Wespen mitgeschluckt werden und im Mund- und Rachenbereich zustechen.

In den meisten Fällen ist ein Wespenstich harmlos und lässt sich gut behandeln.

- Kein Fallobst im Garten liegen lassen.
- Vor allem Kindern nach dem Essen Mund und Hände abwaschen.
- Nicht barfuß durchs Gras gehen. Wenn man auf eine Biene, Wespe oder Hummel tritt, wird man gestochen.
- Die passende Kleidung wählen: helle Kleidung mit langen Ärmeln ist besser, dunkle Kleidung zieht Wespen an.
- Stark parfümierte Kosmetika wie z. B. Deos, Körperlotionen, Haarsprays, Shampoos oder Seife, aber auch blumige Weichspüler können Wespen anlocken. Um sich Ärger zu sparen, sollte darauf verzichtet werden.
- Insektengitter halten die Insekten aus den Wohnräumlichkeiten fern.
- Wasser versprühen mit Hilfe einer Sprühflasche hilft Wespen fernzuhalten, da sie sich bei Regen und Nässe zurückziehen.
- Duftlampen und -kerzen mit Lavendel-, Citronella- oder Nelkenöl können ebenfalls helfen Wespen fernzuhalten.

Das hilft bei Wespenstichen

In den meisten Fällen ist ein Wespenstich harmlos und lässt sich gut behandeln. Nach ein bis zwei Tagen klingen der Schmerz und die Schwellung im Normalfall ab.

- Wichtig ist, dass man die Stichstelle mit Wasser spült, um Keime zu entfernen.
- Anschließend sollte man die Stelle innerhalb der ersten Minute für wenige Sekunden erhitzen. Die Hitze zersetzt die Gift-Proteine und es schmerzt weniger. Man kann einen Löffel dafür verwenden, den man einige Sekunden lang unter fließend heißem Wasser erwärmt. Es gibt auch Wärmestifte dafür, die man idealerweise für unterwegs mitnehmen kann.
- Anschließend sollte die Einstichstelle mit einer Kältekompresse oder einem feuchten Tuch gekühlt werden. Dadurch werden der Schmerz und die Schwellung gelindert.
- Für eine Weiterbehandlung der Einstichstelle ist es empfehlenswert kühlende Gels mit Antihistaminika oder eine Hydrocortison-Creme aufzutragen, um Juckreiz zu vermeiden.
- Wenn die Stelle doch jucken sollte, auf keinen Fall kratzen. Das reizt die Haut zusätzlich und kann zu Infektionen führen.

Ein Arzt sollte aufgesucht werden, wenn:

- die Schwellung sehr groß ist (über 10 cm) oder sich weiter ausbreitet.
- die Beschwerden nach 3 bis 4 Tagen nicht abklingen.
- Anzeichen einer Infektion vorliegen, wie z. B. Pochen, starke Überwärmung, Fieber oder eine eiternde Wunde.

Insektengiftallergie – ein absoluter Notfall

Menschen mit einer starken Wespen- bzw. Insektengiftallergie sollten immer ein Notfallset mit folgenden Medikamenten mitführen:

Menschen mit einer starken Wespen- bzw. Insektengiftallergie sollten immer ein Notfallset mitführen.

Einen Adrenalin-Autoinjektor, den man durch die Kleidung verabreichen kann. Vor der Anwendung zuerst die Sicherheitskappe abziehen, anschließend Pen mit der Spitze nach unten aus ca. 10 cm Entfernung fest gegen die Außenseite des Oberschenkels stoßen und auf ein Klickgeräusch achten. Der Pen muss anschließend 10 Sekunden gegen den Oberschenkel gedrückt werden, damit das Adrenalin ins Gewebe eindringen kann. Nach dem Absetzten wird die Stichstelle massiert, um das Adrenalin besser zu verteilen. Bei der Verabreichung immer mit Vorsicht hantieren und nicht in die Finger stechen, da Adrenalin stark gefäßverengend wirkt.

H1-Antihistaminikum – z. B. Levocetirizin oder Desloratadin – zur sofortigen oralen Einnahme.

Glucocorticoide – z. B. Prednisolon – zur sofortigen oralen Einnahme.

In jedem Fall Rettung oder Notarzt rufen!

Mag. pharm. Catherine Bader
angestellte Apothekerin
in der Steiermark,
Vorstandsmitglied des **VAAÖ**

Christina Freiberg

Heilpflanzen auf meinem Balkon

Altes Klosterwissen im neuen Kleid– Christina Freiberg macht Balkonien zur Hausapotheke. Im neuen Buch der Geographin und Ökologin bringen 12 praktische Pflanzrezepte nach Indikationen geordnet unterschiedliche Kräuter mit der gleichen Wirkrichtung in einen Topf – um bei Bedarf die richtigen Mittel schnell zur Hand zu haben.

Daneben finden sich nicht nur gut strukturierte und leicht verständliche Heilpflanzenporträts mit wertvollen Tipps zu Standortfrage, Anbau und Ernte, sondern auch wertvolle Tipps zur Verwendung wie Duftkissen, Gurgellösung und vieles mehr. Eine übersichtliche Tabelle im Klappenteil über die beste Erntezeit sowie eine Tabelle, welche Pflanzenteile genutzt werden können, sorgen für Sicherheit und Freude bei der Verwendung von Heilkräutern.

Der Anbau von Heil- und Wildkräutern im eigenen Garten schont deren Bestand, sorgt für naturreine Qualität bei der Verwendung von Biokräutern und liefert durch wunderbare Aromen und Blüten wertvolle Nahrung für Bienen und andere Nützlinge und damit einen wichtigen Beitrag zum Erhalt unserer Umwelt.

Ulmer Verlag, ISBN 978-3-8186-2228-2, € 18,50

Eine Empfehlung von
Mag. pharm.
Irina Schwabegger-Wager

Der VAAÖ in Pörtschach

Austausch, Berat Summerfeeling

APOkongress 2026 in Pörtschach – der **VAAÖ** war selbstverständlich mit dabei.

Der APOkongress in Pörtschach ist nicht nur eine der bedeutendsten Fortbildungsveranstaltungen für Apothekerinnen und Apotheker in Österreich – er ist seit vielen Jahren auch ein Ort der Begegnung. Entsprechend groß war auch heuer wieder das Interesse am **VAAÖ**-Stand, der sich während des gesamten Kongresses im Juni 2026 als beliebter Treffpunkt für angestellte Apothekerinnen und Apotheker erwies.

Zwischen den Vorträgen nutzten zahlreiche Besucherinnen und Besucher die Gelegenheit zum persönlichen Austausch mit den Funktionärinnen und Funktionären des **VAAÖ**. Ob Fragen zum Berufsalltag, arbeitsrechtliche Anliegen oder Informationen über aktuelle berufspolitische Entwicklungen – der direkte Kontakt stand dabei klar im Mittelpunkt. Die **VAAÖ**-JuristInnen beantworteten zahlreiche arbeitsrechtliche Fragen und standen den Mitgliedern mit fachkundigem Rat zur Seite. **VAAÖ**-Juristin Mag. Judith Winkler betonte dazu: „Ich freue mich jedes Jahr auf den APOkongress, weil wir dort mit vielen Mitgliedern persönlich ins Gespräch kommen. Oft reicht schon ein kurzer Austausch, um Unsicherheiten auszuräumen oder erste Lösungswege aufzuzeigen. Gerade im Arbeitsrecht ist es wichtig, Probleme möglichst früh anzusprechen. Deshalb ist der **VAAÖ**-Stand für viele Kolleginnen und Kollegen eine niederschwellige Möglichkeit, sich unverbindlich zu informieren und kompetenten Rat einzuholen."

Kleine Goodies, Kulinarisches sowie das traditionelle Gewinnspiel sorgten für gute Stimmung. Besonders begehrt war die neue, kuschelige **VAAÖ**-Schlange, die als Hauptpreis direkt am Stand an eine glückliche Gewinnerin übergeben wurde.

Die kuschelige VAAÖ-Schlange erfreute sich großer Beliebtheit, auch beim VAAÖ-Direktor.

Persönlich geht's am Besten

„Gerade bei einem dicht gefüllten Kongressprogramm werden die Pausen zu einem wertvollen Treffpunkt. Wir haben uns sehr gefreut, am **VAAÖ**-Stand langjährige Mitglieder ebenso begrüßen zu dürfen wie viele neue Gesichter. Im persönlichen Gespräch lassen sich Anliegen oft viel einfacher besprechen als per Telefon oder E-Mail. Dass wir einigen Kolleginnen und Kollegen sogar unmittelbar bei aktuellen Problemen im Berufsalltag weiterhelfen konnten, zeigt das große Vertrauen, das uns entgegengebracht wird", resümiert **VAAÖ**-Direktor Mag. Norbert Valecka, der gemeinsam mit seinen MitarbeiterInnen auch „Standdienst" machte.

Auch die Austrian Young Pharmacists, AYP, waren am Stand vertreten und informierten über ihre kommenden Aktivitäten. Zahlreiche Gespräche mit Studierenden, AspirantInnen und jungen ApothekerInnen machten einmal mehr deutlich, wie wichtig persönliche Vernetzung und standespolitischer Austausch bereits zu Beginn der Berufslaufbahn sind.

Schönes Heimspiel

Für die Kärntner Landesgruppenobfrau Mag. pharm. Selina Fladerer-Grollitsch war der Kongress zugleich ein Heimspiel. Sie nutzte die Gelegenheit, sich bei zahlreichen Kolleginnen und Kollegen persönlich für das Vertrauen bei der **VAAÖ**-Wahl zu bedanken.

„Der APOkongress verbindet Fortbildung und persönlichen Austausch auf ideale Weise. Als angestellte Apothekerinnen und Apotheker haben wir nicht nur das Recht, sondern auch die Verantwortung, unser Wissen laufend zu erweitern. Gleichzeitig bietet der Kongress die Möglichkeit, Kolleginnen und Kollegen aus ganz Österreich kennenzu-

ung &

Gute Laune, gute Gespräche – das VAAÖ-Team freute sich über die vielen Besucherinnen und Besucher; die Kärntner Landesgruppenobfrau Selina Fladerer-Grollitsch, VAAÖ-Juristin Judith Winkler, VAAÖ-Direktor Norbert Valecka sowie die Young Pharmacists Gerold Evanzin und Birgit Reisenhofer (v.l.n.r.)

Unser Krimipaket 2026

Hedda Anders: Mörder bei die Fische
Franz Preitler: Mordlust am Schlossberg
Jennie Godfrey: Das Gartenfest

Was wäre ein Sommer ohne fesselnden Roman, ohne spannenden Krimi? Diesmal spannen wir den Bogen vom Norden Deutschlands über England bis in die heimatliche Steiermark, wo zwischenmenschliche Konflikte und damit verbundene Geheimnisse, Ex-Kommissarinnen wieder zur Höchstform auflaufen dürfen bzw. müssen, und sich wieder einmal zeigt, dass kaltblütige Verbrechen keine Erfindung der Gegenwart sind – und schon immer auch in der guten Gesellschaft ihren Platz hatten.

Während Wencke Diersen sich im hohen Norden mit einem toten Tierrechtler am Angelhaken des „Aalkönigs" auseinandersetzt, kommt ein junger Journalist um 1900 in Graz nach einem aufsehenerregenden Mord im Theatermilieu durch seine investigativen Recherchen der mörderischen High Society gefährlich nahe.

Und beim Gartenfest auf einem englischen Anwesen am Land kommen nach und nach Täuschungen und lang gehegte Geheimnisse ans Licht, und die schöne Oberfläche beginnt langsam, aber sicher zu bröckeln.

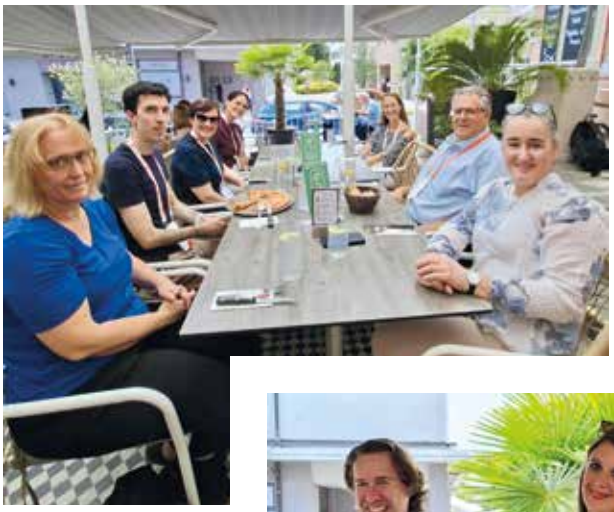
Fazit: Gute Unterhaltung für lange Sonnentage im Liegestuhl garantiert – Eincremen nicht vergessen!

Einen schönen Sommer wünscht
Ihre Irina Schwabegger-Wager

Mörder bei die Fische, RoRoRo, ISBN 978-3-499-01531-1, € 14,–
Mordlust am Schlossberg, Gmeiner, ISBN 978-3-8392-8079-9, € 15,–
Das Gartenfest, DTV, ISBN 978-3-423-28541-4, € 23,–

Eine Empfehlung von
Mag. pharm. Irina Schwabegger-Wager

Der VAAÖ lud schon traditionell zum gemeinsamen Mittagessen.



Die Gastgeber Selina Fladerer-Grollitsch und Raimund Podroschko begrüssten die Gäste.

lernen, Erfahrungen auszutauschen und den Zusammenhalt unseres Berufsstandes zu stärken. Gerade als **VAAÖ** können wir hier zeigen, dass wir für die Anliegen der angestellten Apothekerinnen und Apotheker immer ein offenes Ohr haben," betont Fladerer-Grollitsch.

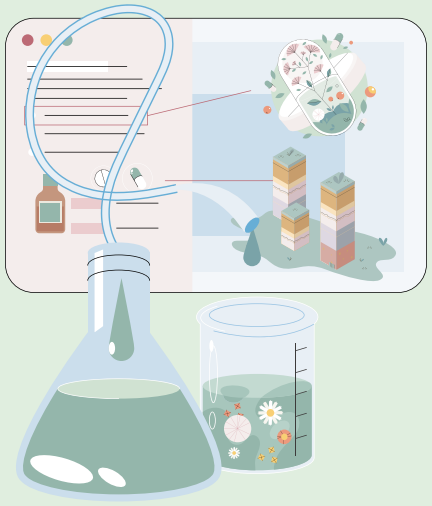
Der VAAÖ lud ein

Ein weiterer Höhepunkt war das traditionelle **VAAÖ**-Mittagessen am Samstag. Präsident Mag. pharm. Raimund Podroschko, Direktor Mag. Norbert Valecka und Mag. pharm. Selina Fladerer-Grollitsch begrüßten rund zwanzig Mitglieder und Gäste zu einem gemeinsamen Mittagessen in unmittelbarer Nähe des Wörthersees. Bei sommerlichen Temperaturen und italienischer Küche bot sich ausreichend Gelegenheit, bestehende Kontakte zu vertiefen und neue zu knüpfen. Die entspannte Atmosphäre machte einmal mehr deutlich, dass erfolgreiche Interessenvertretung nicht nur von Sitzungen und Verhandlungen lebt, sondern ebenso vom persönlichen Gespräch und einem starken kollegialen Miteinander.

Mit zahlreichen Begegnungen, interessanten Gesprächen und vielen neuen Impulsen blickt der **VAAÖ** auf ein rundum gelungenes Kongresswochenende zurück und bedankt sich herzlich bei allen Besucherinnen und Besuchern des **VAAÖ**-Standes. Der persönliche Austausch bleibt auch künftig ein wesentlicher Bestandteil einer lebendigen und starken Interessenvertretung.

Phytos in der Apothekenpraxis

Phytos werden bei den KundInnen und PatientInnen immer beliebter. Der Diplom-Lehrgang „Phytopharmaka und Phytotherapie in der Apothekenpraxis“ trägt diesem Trend Rechnung. Initiator Mag. pharm. Gerold Evanzin stellt in unserer Serie beispielhaft einzelne Fallbeispiele daraus vor.



Phytotherapie bei Hitze und übermäßigem Schwitzen

Fallbeispiel
Eine Kundin betritt an einem heißen Sommertag die Apotheke und wirkt sichtlich erschöpft. Sie betont, dass sie die anhaltende Hitze kaum noch ertragen könne. Besonders belastend sei das ständige, starke Schwitzen, das sie nicht nur körperlich, sondern auch im beruflichen und sozialen Alltag sehr einschränke. Auf die Frage nach Vorerkrankungen oder Medikamenteneinnahme verneint sie beides. Sie wünscht sich eine natürliche, pflanzliche Unterstützung.

Auch bei hitzebedingten Beschwerden und übermäßiger Schweißneigung bietet die Phytotherapie verschiedene Ansätze. Neben der die Schweißproduktion hemmenden Wirkung von topisch angewendeten Gerbstoffen ist der Salbei (Salvia officinalis) ein bewährtes Mittel. Die Salbeiblätter haben bei der Einnahme eine erfahrungsgemäß schweißhemmende Wirkung, eine darüber hinaus gehende Evidenz gibt es nicht. An der Tara können wir der Kundin neben Arzneitees beispielsweise Nosweat® Kapseln empfehlen. Diese enthalten 120 mg Salbeiextrakt, standardisiert auf mindestens 2,5 % Rosmarinsäure als Leitsubstanz der Lamiaceengerbstoffe pro Kapsel. Die schweißhemmende Wirkung setzt erfahrungsgemäß bereits innerhalb von wenigen Stunden ein. Häufige Anwendung finden die Kapseln als Nahrungsergänzungsmittel bei Hitze mit starkem Schwitzen in den Wechseljahren, bei übermäßigem Schwitzen durch Stress und Nervosität oder bei übergewichtigen Personen.

Als Alternative oder auch zusätzlich können kühlende und erfrischende Produkte Linderung verschaffen. Klassisch besitzt die Pfefferminze (Mentha x piperita) durch ihren Gehalt an Menthol einen angenehm kühlenden Effekt. Dieser macht sich sowohl innerlich als auch auf der Haut angewendet bemerkbar. Daher sollte darauf hingewiesen werden, dass sich Pfefferminztee allgemein als kühles Getränk an heißen Tagen anbietet. Es kühlt nicht nur, sondern hilft dabei ausreichend Flüssigkeit aufzunehmen. Darüber hinaus können in der Apotheke kosmetische Sprays mit Pfefferminzöl oder Pfefferminz-Hydrolat-Spray mit Aqua Menthae angeboten werden. Diese können auf Gesicht und Körper aufgesprüht werden und wirken sofort erfrischend und belebend.

Als weitere unterstützende Maßnahme kann der Kundin empfohlen werden, gefäßerweiternde Getränke wie Kaffee und Alkohol während der heißen Tage zu meiden, auch um die Wirkung der Salbeipräparate nicht zu beeinträchtigen.

Mag. pharm. Gerold Evanzin

Arzneipflanzen einst & jetzt

Die moderne Phytotherapie „steht auf den Schultern" der historischen Anwendungen von Arzneidrogen, die hunderte von Jahren zurückreichen. Mag. pharm. Johanna Zinkl betrachtet in dieser Serie einzelne Arzneipflanzen aus dieser Perspektive.

Gartenbohne – Phaseolus vulgaris

Für 2026 wurde die Gartenbohne vom Botanischen Sondergarten in Hamburg-Wandsbek zur Giftpflanze des Jahres 2026 gekürt.

von Johanna Zinkl

Die Gartenbohne, in Österreich auch Fisole genannt, ist eine Pflanzenart aus der Gattung Phaseolus in der Unterfamilie der Schmetterlingsblütler (Faboideae) und ist nur in Kultur bekannt.

Ihre wilde Stammform dürfte die in Südamerika heimische Phaseolus aborigineus sein. Die ältesten Funde der Gartenbohne stammen aus der Guitarrero-Höhle in Peru (6000 v. Chr.) und aus Pichasca in Chile (2700 v. Chr.)

Dioskurides schreibt im 1. Jhd. in einem Kapitel über die Kochkräuter, dass die Bohne den Harn treibt und schwere Träume macht. In seiner Materia medica findet man eine als „fasiolus" bezeichnete farbige Abbildung. Dabei handelte es sich vom derzeitigen botanischen Standpunkt aus nicht um die heutige Gartenbohne, sondern um die Langbohne, auch Kuhbohne oder ägyptische Lubia-Bohne (Vigna unguiculata) genannt, die in Afrika beheimatet ist.

Gut für den Boden

Der griechische Naturforscher Theophrast von Eresos, ein Schüler von Aristoteles, erkannte in seinem botanischen Werk Historia plantarum, dass Hülsenfrüchte den Boden nicht auslaugen. Er stellte fest, dass Bohnen die Erde mit Nährstoffen anreichern, anstatt sie zu belasten.

In der „Capitulare de villis imperialibus" von Karl dem Großen wird der Anbau von mehreren Gemüsearten „fasiolum" empfohlen.

1260 beschrieb der bedeutendste Naturforscher des Mittelalters und Dominikanermönch Albertus Magnus die Pflanze „faseolus" und deren Bohnensamen. Er weist auf die Verschiedenfarbigkeit der Samen und einen schwarzen Fleck am Nabel hin, allesamt Kennzeichen, die auf die Kuhbohne zutreffen. Die älteste Abbildung aus Deutschland stammt aus dem lateinischen Kräuterbuch (Historia stirpium) von Leonhart Fuchs 1542, der sie als „Welsch Bonen" (Smilax hortensis) bezeichnet.

Der griechische Naturforscher Theophrast von Eresos stellte fest, dass Bohnen die Erde mit Nährstoffen anreichern, anstatt sie zu belasten.

… reiniget die haut

Adam Lonitzer schreibt in seinem Kräuterbuch: (1557) *„Bonenmehl reiniget die haut / Bohnenwasser dienet den augen / hilft für die bösen beyn / … / Bohnenkrautwasser vertreibet den jungen kindern den stein / ist gut für vergifft / … / und vertreibt die bösen blatern …“*

Wichtige Nahrungspflanze

Vermutlich wurde die Gartenbohne bei der ersten Reise Columbus in Kuba entdeckt und gelangte im 16. Jhd. nach Europa, wo sie auf die bereits seit der Antike bekannte Pferde- oder Saubohne, (Vicia faba aus der gleichen Familie), traf.

Hoher Proteingehalt

Die Samen der Gartenbohne mit ihrem hohen Proteingehalt von etwa 20%, vergleichbar mit dem von Rindfleisch, dabei etliche essenziellen Aminosäuren enthaltend, und durch ihren Kohlenhydratanteil von etwa 50 %, waren schon bei Indianern und Inkas neben Kürbis und Mais die wichtigste Nahrungspflanze. Außerdem findet man Calcium, Kalium, Magnesium und Eisen (v. a. in der Form von Leghämoglobin) sowie Vitamin B2, B6, C, E, Provitamin A (Betacarotin) und Folsäure.

Berüchtigte Blähungen

Der Grund für die durch den Verzehr von Bohnen verursachten Blähungen liegt in den enthaltenen Dreifachzuckern, wie z. B. Raffinose, die vom Menschen nicht verdaut werden können. Von Darmbakterien werden sie aber sehr wohl unter Absonderung von Faulgasen metabolisiert. Dieser Nebenwirkung kann man durch Wässerung der Bohnen vor der Zubereitung vorbeugen, um diese Zucker auszuwaschen, wobei allerdings auch Mineralstoffe und wasserlösliche Vitamine verloren gehen. Eine andere Möglichkeit besteht in der Einnahme des Enzyms α-Galactosidase A, das die Raffinose in Saccharose und Galaktose spaltet. Die Zugabe von Gewürzen wie Asant, Anis, Koriander oder Kümmel führt nicht zu einer Verringerung der Menge an produziertem Gas, wirkt aber entspannend auf die Darmmuskulatur, was die Blähungen für manche Erwachsene und insbesondere Kleinkinder weniger unangenehm macht.

Rohe Bohnen sind giftig!

Hauptwirkstoff ist das zu den Lektinen gehörende Toxalbumin Phasin. Phasin lässt Erythrozyten agglutinieren und regt die Mitose von Lymphozyten an. Phasin ruft Erbrechen, Durchfall und Absorptionsstörungen im Darm hervor. Es kann zu schweren, eventuell tödlichen hämorrhagischen Gasteroenteritiden führen, weiter zu tonischen Krämpfen, Schock, Hypokaliämie und als Folge davon zu Veränderungen im Elektrokardiogramm.

Schon 3 bis 10 rohe Bohnen können nach 30 bis 90 Minuten die ersten Vergiftungserscheinungen auslösen. Es kommt zu schwerem Erbrechen, starken Verdauungsstörungen und heftigen Krämpfen, blutigen Magen- und Darmentzündungen mit Durchfällen und Fieber. Die Vergiftung kann auch zum Kollaps führen.

Bohnen sind auch giftig für Pferde, Rinder, Kühe und Schweine, Hasen, Kaninchen, Meerschweinchen und Hamster. Eine Vergiftung zeigt sich in Erbrechen, Krämpfen, Durchfällen (mitunter blutig) sowie in Magen- und Darmentzündungen.

> Grüne Bohnen erzeugen bei Menschen, die dazu disponiert sind, eine Dermatitis, die als „Bohnenkrätze“ in Konservenfabriken bekannt ist.

Phasin wird durch Kochen zerstört. Mindestens zehn Minuten lang gekochte Bohnen sind unbedenklich! Grüne Bohnen erzeugen bei Menschen, die dazu disponiert sind, eine Dermatitis, die als „Bohnenkrätze“ in Konservenfabriken bekannt ist.

Bohnenschalentee

Seit alters her gilt die Bohne als blutzuckersenkend, harntreibend und harnsäureausscheidend.

Laut der Signaturenlehre von Paracelsus weist ja die äußere Form einer Pflanze auf ihre Heilwirkung hin. Da die Bohne an eine Niere erinnert, empfahl er sie schon damals als stärkend und heilend für die Nieren.

Auch heute bewährt sich ein Tee aus kleingeschnittenen, getrockneten Bohnenschalen bei leichter Zuckerkrankheit, Rheuma, Gicht, Nieren- und Blasenleiden und Akne. Man setzt einen Teelöffel Bohnenschalen in einer Tasse kaltem Wasser an, lässt 10 Stunden ziehen und kocht dann für 15 min auf. Vor einem längeren Gebrauch reinen Bohnenschalentees wird, der Lectine wegen, gewarnt.

Mag. pharm. Johanna Zinkl
angestellte Apothekerin

Quiz

Liebe Mitglieder,

wie immer zahlt es sich aus, über Wissen im Bereich des Arbeits- und Sozialrechts zu verfügen:

Beantworten Sie untenstehende Frage und schicken Sie die Antwort mit dem Betreff „Quiz" und Angabe Ihres Wunschbuches bis spätestens 01.08.2026 an: rechtsberatung@vaaoe.at. Unter den richtigen Antworten wird unter Ausschluss des Rechtswegs die glückliche Gewinnerin / der glückliche Gewinner gezogen.

Unsere Frage lautet:

Wie hoch sind die Kosten für Teilnahmegebühren an Fortbildungen, die der Dienstgeber 2026 insgesamt pro Dienstjahr gegen Vorlage der Rechnung übernehmen muss?

1. € 107,–
2. € 213,–
3. € 324,15
4. € 1.520,–

Ihre Antwort senden Sie bitte an rechtsberatung@vaaoe.at
Einsendeschluss: 01.08.2026

Tipp: Bei aufmerksamer Lektüre können Sie die richtige Antwort in diesem Heft finden.

Zu gewinnen ist das Krimi-Paket, bestehend aus 3 Büchern, oder die Fachlektüre – unter Ausschluss des Rechtsweges:

„Mordlust am Schlossberg"
Franz Preitler, Gmeiner Verlag,
ISBN 978-3-8392-8079-9

„Mörder bei die Fische"
Hedda Anders, Rowohlt,
ISBN 978-3-499-01531-1

„Das Gartenfest"
Jennie Godfrey, dtv,
ISBN 978-3-423-28541-4

„Heilpflanzen auf meinem Balkon"
Christina Freiberg, Ulmer,
ISBN 978-3-8186-2228-2

Wir gratulieren den Gewinnerinnen aus pharmazie sozial 03/26:

Mag. pharm. Lisa Mair
Apothekerin aus Tirol

Mag. pharm. Kathrin Tobisch
Apothekerin aus der Steiermark

Hallo Ihr Lieben,

nach den vielen Aufregern, kleinen Dramen, kuriosen Episoden und gelegentlichen Kabinettstückchen aus dem Apothekerhaus gönnt sich auch Euer Mausi einmal Urlaub. Jetzt heißt es: Sonnencreme statt Sitzungsunterlagen, Meeresrauschen statt Gerüchteküche und vor allem: Brain Holidays! Schließlich muss das Gehirn rechtzeitig zum Herbst wieder auf Betriebstemperatur gebracht werden.

Keine Sorge: Ich komme wieder! Ausgeruht, topmotiviert und mit geschärften Ohren für alles, was im Apothekerhaus so getuschelt, beschlossen oder lieber gar nicht erst ausgesprochen wird. Im Herbst bin ich wieder zurück und serviere euch die neuesten Geschichten aus dem Apothekerhaus – wie immer frisch, dezent zugespitzt, tarageprüft und selbstverständlich völlig... na ja, fast objektiv.

Bis dahin: Genießt den Sommer, passt auf euch auf – und macht nichts, worüber ich nachher schreiben muss!

Euer Mausi

© künstlich generiert

Fachkurzinformation von Seite 52: Uvicur® überzogene Tabletten. Qualitative und quantitative Zusammensetzung: Eine überzogene Tablette enthält 265 mg Trockenextrakt aus Bärentraubenblättern (Uvae ursi folium), entsprechend 62,3 - 77,7 mg Hydrochinonderivate, berechnet als wasserfreies Arbutin (Spektrophotometrie); DEV 3,5 – 5,5 : 1; Auszugsmittel: Ethanol 60% (V/V). Sonstiger Bestandteil mit bekannter Wirkung: 60 mg Lactose-Monohydrat. Sonstige Bestandteile: Mikrokristalline Cellulose, Lactose-Monohydrat, Hypromellose, Siliciumdioxid hochdispers wasserfrei, Magnesiumstearat, Macrogol, Titandioxid (E 171), O-Lack-grün (Lack auf Aluminiumhydroxidbasis aus einer Mischung von Chinolingelb (E104) und Indigotin (E132)), Langkettige Partialglyceride. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Linderung der Symptome leichter wiederkehrender Infektionen der unteren Harnwege wie Brennen beim Wasserlassen und/oder häufiges Wasserlassen, nachdem ernsthafte Erkrankungen von einem Arzt ausgeschlossen wurden. Dieses Arzneimittel ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Verwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. Dieses Arzneimittel wird angewendet bei erwachsenen Frauen ab 18 Jahren. Gegenanzeigen:Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder gegen einen der sonstigen Bestandteile, Nierenerkrankungen.Darreichungsformen, Packungsgrößen: PVC/PVdC/Aluminium-Blisterpackungen in einem Umkarton. Packungsgrößen: 40, 60 und 100 überzogene Tabletten. Es werden möglicherweise nicht alle Packungsgrößen in den Verkehr gebracht. Inhaber der Zulassung: Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, D-38259 Salzgitter. Vertrieb: MEDICE Arzneimittel GmbH, Römerstraße 14, 5400 Hallein, Österreich, eine Tochter der MEDICE Arzneimittel Pütter GmbH & Co. KG, www.medice.at. Rezeptpflicht/Apothekenpflicht: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Pharmakotherapeutische Gruppe:Urologika, Andere Urologika. ATC-Code: G04BX.Weitere Informationen betreffend Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen mit anderen Mitteln, Nebenwirkungen und Gewöhnungseffekte entnehmen Sie bitte der veröffentlichten Fachinformation. Stand der Information: 02/2024

Fachkurzinformation auf Seite 51

Akute Blasenentzündung?

Die Natur kennt einen Ausweg.[1]

Uvicur® - Unser pflanzliches Akut-Therapeutikum*

S3 LEITLINIEN EMPFOHLEN[4]

- mit der Kraft der Bärentraubenblätter[1-5]
- lindert Beschwerden wie Brennen und Harndrang
- hochwertiger Extrakt - Made in Germany

uvicur.at

MEDICE
THE HEALTH FAMILY

***Uvicur* überzogene Tabletten. Anwendungsgebiete:** Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Linderung der Symptome leichter wiederkehrender Infektionen der unteren Harnwege wie Brennen beim Wasserlassen und/oder häufiges Wasserlassen, nachdem ernsthafte Erkrankungen von einem Arzt ausgeschlossen wurden. Dieses Arzneimittel ist ein traditionelles Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Verwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. Dieses Arzneimittel wird angewendet bei erwachsenen Frauen ab 18 Jahren. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand der Information:** 02/2024.

[1]EMA: Community herbal monograph on Arctostaphylos uva-ursi (L.) Spreng., folium; EMA/HMPC/750269/2016; Commitee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2018. [2]ESCOP: Uvae Urse Folium (Bearberry Leaf). ESCOP Monographs. Online Series 2012: 1-6. [3]WHO: Folium Uvae Ursi. Monographs on selected medicinal plants Vol. 2 (2004): 342-51. [4]Interdisziplinäre S3 Leitlinie, AWMF-Register-Nr. 043/044, Aktualisierung 04/2017 [5]Kommission E: Monographie: Uvae ursi folium (Bärentraubenblätter); Banz Nr. 109 von 15.06.1994