

BayMag



Das BayMag jetzt
online lesen,
jederzeit und überall!



Die Zeitschrift von Bayer für Fachpersonal aus Apotheken und Drogerien



Trockene Augen im digitalen Alltag

Erfahren Sie, wie der Tränenfilm aus dem Gleichgewicht geraten kann und wie Bepanthen® PRO Augentropfen (Medizinprodukt) die Augen befeuchten und schützen.

Mitmachen, umdrehen, merken

Entdecken Sie das Bepanthen®-Memory-Spiel in der Beilage.

Vitaminquiz

Jetzt Gratisprodukte sichern. Mehr dazu auf Seite 11.



Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser

So, wie die Natur erwacht und die Tage heller werden, öffnet auch diese Ausgabe ihre Türen für frische Perspektiven und spannende Einblicke. Es erwarten Sie Themen, die viele Menschen betreffen: Von Neurodermitis bis zu trockenen Augen, die in unserem zunehmend digitalen Leben immer häufiger auftreten. Wir zeigen auf, welche Bepanthen®-Produkte hier echte Entlastung schaffen können. Versuchen Sie sich auch an unserem Bepanthen®-Memory und erfahren Sie spielerisch mehr über verschiedene Produkte.

Ein besonderes Highlight in dieser Ausgabe: Tufty – die soziale Werkstätte, die Kinderzeichnungen in liebevoll handgefertigte Teppiche verwandelt. Im Rahmen des Malwettbewerbs der Supradyn®-Familien-Promotion im März 2026 gibt es 10 Tufty-Teppiche für kleine Künstlerinnen und Künstler zu gewinnen. In unserem Vitaminquiz sind ausserdem kostenlose Testprodukte für Sie erhältlich.

Auch kulinarisch stimmt uns der Frühling ein: Die Schweizer Märkte füllen sich mit frischem, farbenfrohem Gemüse. Wir zeigen, welche Sorten jetzt Saison haben und wie sie sich mit einfachen Rezepten in leichte Frühlingsspeisen verwandeln lassen. Entdecken Sie anlässlich des Weltbienentags am 20. Mai ausserdem, welche zentrale Rolle Bienen für unsere Ernährung und unsere Zukunft spielen.

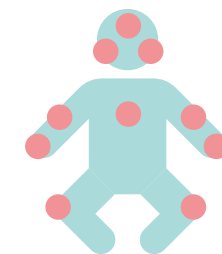
Tauchen Sie ein, lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie Neues für Ihren Alltag. Wir wünschen Ihnen eine spannende Lektüre!

Sibylle Bachmann

HCP Activation Manager
bei Bayer,
Pharma-Assistentin,
Mitglied des Redaktionsteams

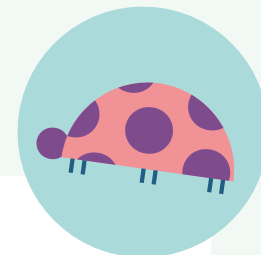


Häufig betroffene Hautstellen



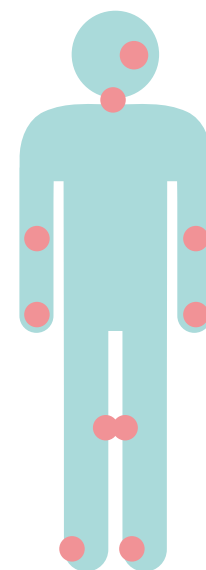
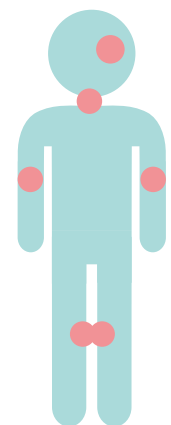
Säuglinge

Hauptsächlich an Gesicht, Oberkörper, Händen, Streckseiten der Arme und Beine



Kleinkinder

Vorwiegend an Beugeseiten (Kniekehlen, Ellenbeugen) sowie im Gesicht, im Nacken und am Hals



Ältere Kinder oder Erwachsene

Zusätzlich Hand- und Fusssekzeme



Neurodermitis

Neurodermitis, auch bekannt als atopische Dermatitis oder atopisches Ekzem, ist eine weit verbreitete Hauterkrankung, die vor allem im frühen Kindesalter vorkommt – bis zu 20–30 % (je nach Quelle) aller Kinder sind betroffen. Früher sprach man wegen der auffallenden Häufigkeit von Neurodermitis im Säuglingsalter auch von «Milchschorf».

1

Häufigkeit (Prävalenz) und Erstmanifestationsalter

Die Neurodermitis manifestiert sich bei etwa 50% der Patientinnen und Patienten in den ersten sechs Lebensmonaten.

Eine gewisse Empfindlichkeit bleibt jedoch meist ein Leben lang bestehen.

Auch die zur Trockenheit neigende Haut bleibt verstärkt pflegebedürftig.

Vielfach bessert sich das Ekzem bis zum Schulalter oder heilt nach der Pubertät aus.

Betroffene können danach Heuschnupfen oder Asthma entwickeln.

2

Ursachen und Auslöser

Kratzen verschlimmert den Hautzustand und führt schnell in einen Teufelskreis mit sich verstärkender Entzündung und noch mehr Juckreiz.

Die Haut verliert Feuchtigkeit, wird trocken und spröde und entwickelt schliesslich Risse, durch die Bakterien, Schadstoffe aus der Umwelt oder Viren eindringen können.

Die Ursachen sind vielfältig und bis heute nur teilweise geklärt.

Entzündungen mit Rötungen und Juckreiz sind die Folge.

Neurodermitis basiert auf einer erblichen Veranlagung. Eine genetisch bedingte Störung der Hautschutzbarriere ist für die Entstehung und die Ausprägung verantwortlich.

3

Die drei Hauptsymptome:

Wiederkehrendes Ekzem mit Rötung, Bläschen, Knötchen und Pusteln, vor allem bei chronischem Verlauf auch Schuppenbildung und Hautverdickung

Trockene und empfindliche Haut

Starker Juckreiz, insbesondere nachts

4

Verlauf und Komplikationen

Neurodermitis verläuft typischerweise in Schüben von unterschiedlicher Dauer und Schwere.

Infektionen stellen häufige Komplikationen der Neurodermitis dar. Hierzu gehören virale (z. B. Herpes) und bakterielle Superinfektionen (zumeist Staphylokokken) sowie Pilzinfektionen.

5

Therapie

Akutphase stark:
Anti-entzündliche Therapie mit Kortison, Calcineurininhibitoren

Akutphase leicht bis mittel:
Barrierereparatur mit Bepanthen® PRO Sensiderm (Medizinprodukt)

Ruhephase:
Basispflege mit Bepanthen® DERMA SensiDaily™ (Kosmetikprodukt)

Neurodermitis am Augenlid

20 %

Eine der am häufigsten von Neurodermitis (atopischem Ekzem) betroffenen Stellen sind die Augenlider. Sie weisen bei etwa 20 % der Schübe Symptome wie Juckreiz, Rötungen, Schwellungen auf. Das Ekzem kann sich sowohl auf das obere als auch auf das untere Augenlid ausbreiten.

Aufgrund der Anatomie besonders empfindlich
Die Behandlung von Neurodermitis am Augenlid ist aufgrund der besonderen Anatomie und Schutzfunktion dieser Körperstelle besonders anspruchsvoll. Die Behandlungsmöglichkeiten sind beschränkt, denn die Anwendung von (starken) Kortikoiden wird in der Regel nicht empfohlen – insbesondere nicht langfristig – da das Risiko einer Hautatrophie besteht.

Bepanthen® Pro Sensiderm: Beruhigt, wenn's juckt – auch am Augenlid

NEU

In der 15-g-Tube mit Applikator für eine vereinfachte Anwendung am Augenlid

Vorteile des praktischen Applikators

- Vereinfacht die Anwendung am Augenlid (äusserlich)
- Ermöglicht ein präzises Auftragen
- Ermöglicht das Auftragen einer geringen Menge an Creme



BayerProfessional

Jetzt mehr über **Bepanthen® Pro Sensiderm Creme** erfahren und das

Produkt gratis testen*

* Die ersten 300 Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten eine Packung gratis.

Hier geht's zur Kurzschulung



Zugangscode: RPSUMNX

CHF 23'000.– für die Schmetterlingskinder – danke fürs Mitmachen

Im Oktober drehte sich alles um die Schmetterlingskinder. Wir haben Geld gesammelt für die Patientenorganisation DEBRA Schweiz. DEBRA Schweiz ist seit 1998 die Patientenorganisation für Menschen, die mit Epidermolysis bullosa (EB) leben. EB ist ein seltener Gendefekt. Die Haut ist sehr verletzlich, ähnlich wie der Flügel eines Schmetterlings. Daher werden betroffene Menschen auch Schmetterlingskinder genannt.

Für jedes im Oktober verkaufte Produkt ging CHF 1.– an DEBRA Schweiz: Bepanthen® PRO Sensiderm (Medizinprodukt); Bepanthen® DERMA SensiDaily™ (Kosmetikprodukt); Bepanthen® DERMA Provitamin B5 Repair Complex ohne Handcreme (Kosmetikprodukt). Für jedes gespielte Schmetterlingsspiel ging CHF 1.– an DEBRA Schweiz. Dank Ihrer Hilfe dürfen wir den stolzen Betrag von CHF 23'000.– an DEBRA Schweiz überweisen.

Fotowettbewerb

Ausserdem konnten Sie als Team bei der Foto-Challenge mitmachen und eine süsse Überraschung gewinnen. Wir sind überwältigt, wie viele schöne Ausstellungen wir bekommen haben.



Aberhalden Drogerie AG, Wattwil
Amavita Apotheke Stadelhofen, Zürich
Apotheke Dr. Guntern, Brig
Apotheke Lilie Zentrum, Schlieren
Apotheke zum Gerichtshaus AG, Dielsdorf
Apotheke-Drogerie Aemisegger AG, Weinfelden
Bahnhof-Drogerie Amriswil GmbH, Amriswil
Bahnhof-Drogerie Worb GmbH, Worb
Center-Drogerie Krähenbühl, Embrach
Drogerie Buchs GmbH, Aadorf
Drogerie Fehr AG, Biglen

Drogerie Hänni GmbH, Bönigen b. Interlaken
Drogerie im Chappelmarit, Hinterkappelen
Drogerie Kilchenmann AG, Kriegstetten
Drogerie Walhalla AG, Herisau
DROPA Drogerie Apotheke, Langnau im Emmental
DROPA Drogerie Apotheke Uetendorf, Uetendorf
DROPA Drogerie Fries, Huttwil
DROPA Drogerie Kerzers, Kerzers
DROPA Drogerie Kirchberg, Kirchberg BE
DROPA Drogerie Niederberger, Wolhusen
DROPA Drogerie Peterer Uzwil, Uzwil

DROPA Drogerie Roth, Herzogenbuchsee
Ergolz-Drogerie AG, Lausen
Falken Rotpunkt Apotheke AG, Zürich
Falknis Apotheke GmbH, Landquart
Farmacia delle Alpi, Faido
Farmacia Internazionale, Chiasso
Farmacia Riazino, Riazino
Greifen-Apotheke GmbH, Basel
Hardhof Apotheke AG, Basel
Hetex Apotheke, Niederlenz
Linden Apotheke, Bern

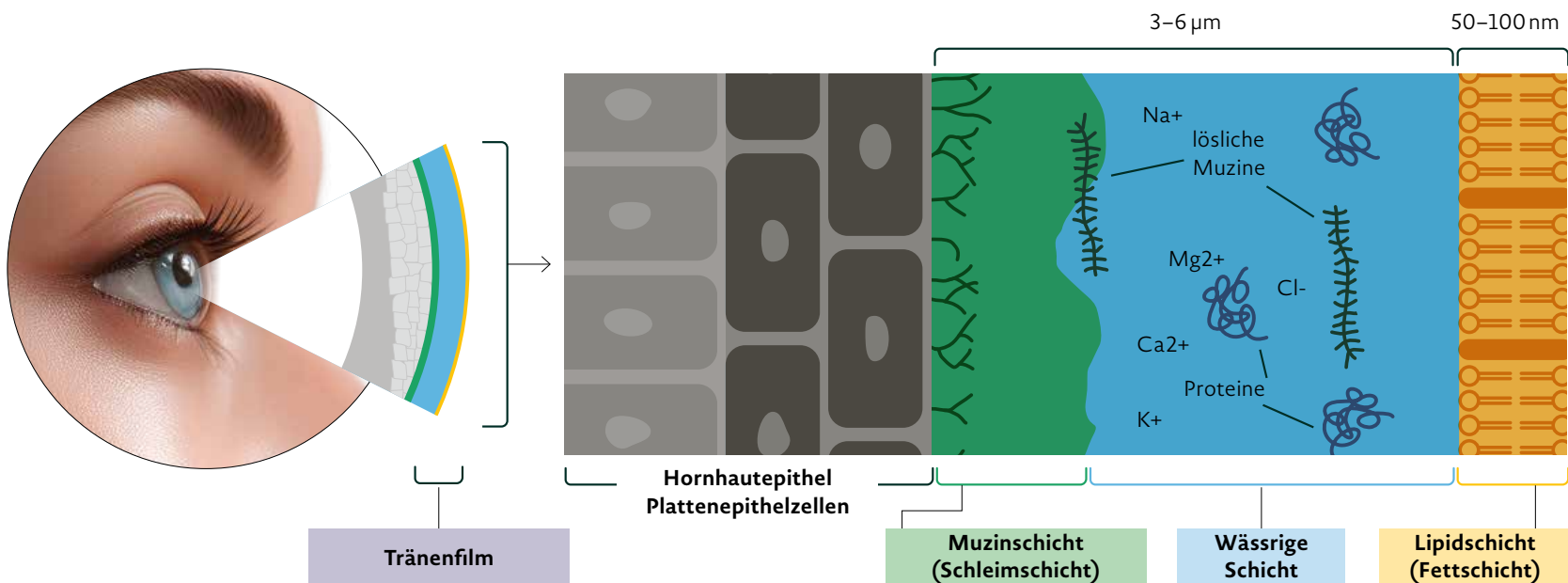
Löwen Drogerie, Appenzell
Pedro-Drogerie Bräm, Burgdorf
Pharmacie de Bagnes, Le Châble VS
Pharmacie de la Gare, Saxon
Pharmacie de la Gare Neuchâtel SA, Neuchâtel
Pharmacie du Gubloux, Farvagny
Pharmacieplus centrale Matthys SA, Neuchâtel
Pill Apotheke & Drogerie Montana, Arosa
Pill Drogerie Heid, Lenzheide/Lai
Rot-Tor Apotheke AG, Appenzell

Swidro Apotheke Drogerie Walenstadt GmbH, Walenstadt
Swidro Naturdrogerie Rothenburg GmbH, Rothenburg
Toggenburg Drogerie Ebnat-Kappel AG, Ebnat-Kappel
TopPharm Drogerie & Apotheke Parc Rom, Münstair
TopPharm Pizol Apotheke Parfümerie, Mels
Zentrum Drogerie Haag AG, Zuchwil
Zug Apotheke AG, Zug

Wir gratulieren den 50 Gewinnerteams.

Der Tränenfilm

Der gesunde, gut funktionierende Tränenfilm ist ca. 10 Mikrometer dick und besteht aus drei Schichten.



Lipidschicht

Die äussere, fetthaltige Lipidschicht stabilisiert den Tränenfilm. Sie sorgt dafür, dass die Tränenflüssigkeit nicht zu schnell verdunstet. Sie enthält verschiedene Fette, z. B. Triglyceride, freie Fettsäuren, Wachsester, Sterolester, freie Sterole und polare Lipide.

Wässrige Schicht

Die mittlere, wässrige Schicht reinigt und schützt die Hornhaut und sorgt dafür, dass das Augenlid leicht über die Hornhaut gleitet. Diese eigentliche Tränenflüssigkeit ist chemisch gesehen komplexer, als es auf den ersten Blick erscheinen mag. Neben Proteinen, Salz, Zucker, Harnsäure, Vitaminen und Spurenelementen sind auch Immunglobuline und Enzyme ent-

halten. Ausserdem enthält die wässrige Schicht immunwirksame Antikörper, die das Auge vor Infektionen schützen.

Muzinschicht

Die unmittelbar auf der Hornhaut bzw. Bindehaut liegende schleimhaltige Schicht schützt diese vor kleinen Verletzungen und gleicht kleine Unebenheiten aus. Die Muzinschicht dient der Verankerung des Tränenfilms auf der Hornhautoberfläche. Diese Bindung erfolgt durch die kohäsiven Kräfte (bipolare Bindungskräfte der Muzinmoleküle) in den zwischenzellulären Räumen der Hornhautzellen. Die Muzinschicht enthält gelöste Muzine (Glykoproteine) und solche, die eine gelartige Struktur bilden.

Das trockene Auge

Das Syndrom des trockenen Auges ist eine Störung des Tränenfilms, die zur Entwicklung von Veränderungen der Augenoberfläche und von klinischen Symptomen führt. Das Krankheitsbild ist nicht allein durch einen quantitativen Mangel an Tränenflüssigkeit gekennzeichnet, sondern stellt sich in vielen Fällen als **komplexe Benetzungsstörung der Bindehaut und der Hornhaut** dar.

Bei 60–80% der Patientinnen und Patienten mit trockenem Auge handelt es sich um eine Störung der Lipidschicht des Tränenfilms. Werden zu wenig Lipide produziert, verdunstet der Tränenfilm zu schnell und das Auge trocknet aus.

Therapie: Mittel der Wahl zur Therapie des trockenen Auges sind **Tränenersatzmittel**. Sie dienen zur lokalen Behandlung und sollen den Tränenfilm so gut wie möglich ersetzen.

Bepanthen® PRO Augentropfen

Bei trockenen, gereizten Augen

- **Langanhaltende Befeuchtung** (Auffüllen der wässrigen Phase des Tränenfilms)
- **Beruhigend** (Linderung von roten, juckenden Augen)
- Bildung eines viskoelastischen, lang haftenden Schutzfilms für die Hornhaut

Wirkstoffe:

- Natriumhyaluronat
- Dexpanthenol (Provitamin B5)

Bepanthen® PRO Augentropfen Intense

Bei sehr trockenen und chronisch trockenen Augen

- **Aufbau des Tränenfilms** (Regeneration der Lipidschicht der Tränenflüssigkeit)
- **Schutz für die Augenoberfläche** (Reduktion von negativen Umwelteinflüssen z. B. UV-Licht)
- Langanhaltende Linderung der Symptome
- Langanhaltende Befeuchtung
- Bildung eines viskoelastischen, lang haftenden Schutzfilms

Wirkstoffe:

- Lipide
- Vitamin A
- Vitamin E
- Natriumhyaluronat
- Dexpanthenol (Provitamin B5)

Bestellen Sie hier Ihr Testprodukt.



Gültig bis 30.06.2026, solange der Vorrat reicht.

Leiden Sie unter trockenen Augen? Jetzt die Bepanthen® PRO Augentropfen Intense gratis testen!

So schützen Sie Ihre Sehkraft im digitalen Alltag

Stundenlange Arbeit am Laptop, zwischendurch schnell noch aufs Smartphone schauen, und plötzlich fühlen sich Ihre Augen trocken und müde an? Ein digitaler Alltag fordert die Sehkraft. Doch mit ein paar gezielten Tricks lassen sich die Augen effektiv schützen.

Ob im Büro, im Studium oder beim Scrollen auf dem Smartphone: Viele Menschen verbringen heute einen grossen Teil ihres Tages vor Bildschirmen. Das erfordert nicht nur Konzentration, sondern es belastet auch die Augen. Besonders häufig treten trockene und müde Augen auf, weil der Blick seltener von Nah- auf Fernsicht wechselt und man beim Fixieren des Displays weniger blinzelt. Damit die Sehkraft langfristig gesund bleibt, lohnt es sich, einfache Gewohnheiten in den Alltag zu integrieren.

Beim Blick auf Displays sinkt die Blinzelfrequenz um bis zur Hälfte. Normal wären etwa 15 bis 20 Lidschläge pro Minute, am Bildschirm sind es häufig nur etwa sechs. Dadurch verdunstet der schützende Tränenfilm schneller und die Folgen sind Brennen, Fremdkörpergefühl oder rote Augen. Auch trockene Raumluft, Klimaanlage oder Kontaktlinsen können die Beschwerden verstärken. Fehlt dem Auge Feuchtigkeit, können befeuchtende Augentropfen kurzfristig Linderung verschaffen und den natürlichen Tränenfilm stabilisieren.

Tipps für entspanntes Sehen

Die gute Nachricht: Unsere Augen profitieren schon von kleinen Veränderungen im Alltag. Eine der bekanntesten Methoden ist die 20-20-20-Regel: Alle 20 Minuten für 20 Sekunden einen Punkt in etwa 20 Me-

tern Entfernung ansehen. Das entspannt die Augenmuskulatur und beugt Überlastung vor.

Auch ein ergonomisch gestalteter Arbeitsplatz wirkt Wunder. Der Bildschirm sollte etwa eine Armlänge entfernt stehen, leicht nach unten geneigt und gut beleuchtet sein. Zusätzlich kann eine Brille mit Blaulichtfilter helfen, abendliche Belastungen zu reduzieren und den Schlaf-Wach-Rhythmus zu unterstützen. Viele Menschen profitieren zudem von einfachem Augenyoga. Übungen wie bewusstes Blinzeln, langsames Kreisen der Augen, der Wechsel zwischen Nah- und Fernfokus oder das Abdecken der Augen mit warmen Handflächen fördern die Entspannung und verbessern die Befeuchtung.

Bildschirmzeit beeinflusst die Psyche

Lange Bildschirmzeiten wirken nicht nur auf die Augen, sondern auch auf die mentale Gesundheit. Konzentrationsschwierigkeiten, innere Unruhe und schlechter Schlaf werden häufiger, je länger man am Tag vor digitalen Geräten verbringt.

Regelmässige Pausen, digitale Auszeiten und bewusstes Abschalten am Abend unterstützen sowohl die Augen als auch die Psyche. Wer also achtsam mit Bildschirmzeiten umgeht, entlastet nicht nur seine Augen, sondern auch seinen Geist.



3 schnelle Fragen an...



Susanne von Rohr
Medical Advisor
@ Bayer (Schweiz) AG

1

Wer sind Sie und welche Funktion haben Sie bei Bayer?

Ich bin Susanne von Rohr und arbeite seit vielen Jahren bei Bayer Consumer Health in der Abteilung Medical Affairs. Nach meinem Pharmaziestudium war ich einige Jahre in der Apotheke tätig, bevor ich in die Industrie gewechselt habe.

2

Was sind Ihre Aufgaben als Medical Advisor?

Als Medical Advisor sind wir die medizinisch-wissenschaftlichen Expertinnen und Experten für unsere Produkte und deren Indikationen und Anwendungsgebiete.

Ich bin zuständig für die medizinisch-wissenschaftliche Produktbetreuung unserer dermatologischen Produkte, der Erkältungs-

3

Was ist Ihr Motto?

Ich wünsche mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.

produkte und Schmerzmittel. In meiner Position arbeite ich eng mit Kolleginnen und Kollegen aus verschiedenen Funktionen zusammen, z. B. Mit Marketing, Regulatory Affairs und auch dem Aussendienst. Wir sind zudem zuständig für die Beantwortung von medizinischen Anfragen unserer Kundinnen und Kunden. Auch die Sicherung der Einhaltung der werberechtlichen Grundlagen gehört zu unserem Aufgabengebiet.

Bepanthen®-Memory-Spiel

In der Beilage finden Sie das Bepanthen®-Memory-Spiel. Lösen Sie die Karten heraus und schon können Sie starten. Das Spiel kann von zwei oder mehr Spielerinnen und Spielern gespielt werden.

Mischen Sie die Karten gut, um sicherzustellen, dass die Paare nicht nebeneinander liegen. Legen Sie die Karten mit der Logoseite nach oben in einem Rechteck auf den Tisch.

Bepanthen®

Für die Gesundheit Ihrer Haut.

Spieleregeln

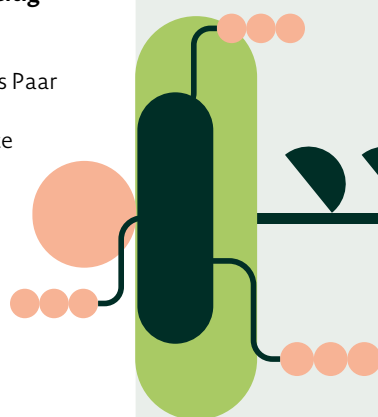
Wir wünschen viel Spass beim Spielen!

1 Jede Spielerin, jeder Spieler darf in seinem Zug zwei Karten gleichzeitig aufdecken.

- Wenn die beiden aufgedeckten Karten ein Paar bilden (d. h., die gleiche Farbe zeigen), darf die Spielerin oder der Spieler das Paar behalten und erneut zwei Karten aufdecken.
- Wenn die Karten kein Paar bilden, werden sie wieder mit der Bildseite nach unten umgedreht und die nächste Spielerin oder der nächste Spieler ist an der Reihe.

2 Spielende: Das Spiel endet, wenn alle Paare gefunden wurden.

3 Gewinner: Die Spielerin oder der Spieler mit den meisten Paaren am Ende des Spiels gewinnt.



Lieber digital Spielen?
Hier geht's zur
Onlineversion



Zugangscode:
RPSUMNX



Arzneimittel

Desinfektion

Erstbehandlung von frischen Wunden

- **Desinfiziert und verhindert Wundinfektionen** → bakterizide Wirkung gegenüber den Bakterien, die hauptsächlich für Infektionen infrage kommen
- **Kühlt und lindert den Wundschmerz**
- Unterstützt dank Dexpanthenol die Wundheilung von Anfang an
- Hygienisch anwendbar, ohne die Wunde zu berühren



Arzneimittel

Wundheilung

Folgebehandlung von Wunden

- Bei kleinen Wunden, insbesondere solchen mit Infektionsgefahr
- **Desinfizierende Wundheilcreme**
- **Beschleunigt die Wundheilung**
- **Mit 5% Dexpanthenol**
- Kühlt und lindert den Wundschmerz
- **Hält Wundränder elastisch**
- Galenik: angenehme, farblose, leicht anzuwendende Creme



Kleintube – Praktisch für unterwegs!



Arzneimittel



Arzneimittel

NEU:

Kleintube von
Bepanthen®
MED Salbe

Wie Bienen Ökosysteme aufrechterhalten



Jedes Jahr am 20. Mai rückt der Weltbienentag das schwarz-gelb gestreifte Insekt in den Mittelpunkt, ohne das viele Ökosysteme kaum funktionieren würden. Doch warum sind Bienen so entscheidend für unsere Ernährung und Artenvielfalt? Und was kann jeder von uns tun, um sie zu schützen?

Bienen sind unverzichtbar für die Umwelt, Landwirtschaft und letztlich für unsere Ernährung. Daran soll uns der Weltbienentag erinnern. Während viele Menschen Bienen vor allem mit Honig verbinden, geht ihre Bedeutung weit darüber hinaus: Sie sind zentrale Akteure in komplexen Ökosystemen, die ohne sie in sich zusammenbrechen würden.

Viele Nahrungsmittel hängen direkt von der Bestäubungsleistung von Insekten, insbesondere der Bienen, ab. Nicht nur für Obst, Gemüse oder Nüsse sind Bienen entscheidend, sondern auch viele andere Pflanzen sind auf sie angewiesen. Ihre Bestäubung sorgt dafür, dass Pflanzen sich vermehren, die genetische Vielfalt erhalten bleibt und gesamte Lebensräume stabil bleiben.

In der Schweiz sind über 600 Wildbienenarten bekannt, die im Zusammenspiel mit der Honigbiene einen Grossteil der Bestäubungsarbeit leisten. Jede Art bringt eigene Fähigkeiten mit: Manche Wildbienen fliegen nur bestimmte Pflanzen an, andere arbeiten besonders effizient bei schlechtem Wetter. Dieser Reichtum sorgt dafür, dass Ökosysteme widerstandsfähig gegen Störungen bleiben. Ein Rückgang der Bienenartenvielfalt gefährdet daher ganze Nahrungsketten.

Unentbehrlich für die Ernährungssicherheit

Dass Bienen für uns lebenswichtig sind, zeigt sich besonders in der Landwirtschaft. Ohne ihre Bestäubung würden viele Kulturpflanzen wie Apfel- oder Kirschen

bäume, Raps oder Gemüsesorten wie Zucchini oder Kürbis deutlich geringere Erträge liefern. Durch ihre Arbeit steigern Bienen nicht nur die Menge, sondern auch die Qualität der Lebensmittel. Gleichzeitig unterstützen sie die Vielfalt auf unseren Tellern, denn viele nährstoffreiche Kulturpflanzen gäbe es ohne die Bestäuber in ihrer heutigen Form kaum noch. Trotz ihrer grossen Bedeutung sind Bienen weltweit bedroht.

- 1 Verlust natürlicher Lebensräume:** Monokulturen, Versiegelung und intensive Bewirtschaftung nehmen Wildbienen Nist- und Futterplätze.
- 2 Pestizide:** Bestimmte Pestizide beeinträchtigen Orientierung, Immunabwehr und Reproduktionsfähigkeit von Bienen.
- 3 Klimawandel:** Veränderte Blütezeiten, Extremwetter oder längere Trockenphasen führen dazu, dass die Nahrung zeitlich oder mengenmässig nicht mehr passt.
- 4 Krankheiten und Parasiten:** Die Varroa-Milbe stellt nach wie vor eine der grössten Bedrohungen für Honigbienen dar.
- 5 Rückgang der Pflanzenvielfalt:** Weniger Wildblumen bedeuten weniger Nahrung – besonders für spezialisierte Wildbienenarten.

Der Rückgang der Bienen ist daher kein isoliertes Problem, sondern ein Symptom von tiefgreifenden ökologischen Veränderungen.

Was Sie zum Schutz der Bienen beitragen können

Der Schutz der Bienen beginnt im Alltag jedes Einzelnen. Schon kleine Veränderungen können viel bewirken: Wer im Garten oder auf dem Balkon heimische Blütenpflanzen setzt und Kräuterblüten lässt, schafft wertvolle Nahrungsquellen für Wild- und Honigbienen. Ebenso hilft es, natürliche Strukturen zuzulassen. Viele Wildbienen nisten in offenen Bodenstellen, alten Pflanzenstängeln oder unaufgeräumten Gartenecken. Solche Bereiche fehlen in gepflegten Gärten oft.

Auch das Konsumverhalten spielt eine Rolle

Saisonal und regional einzukaufen, unterstützt eine vielfältigere Pflanzenlandschaft, und der Verzicht auf chemische Spritzmittel im eigenen Garten schützt Bestäuber unmittelbar. Nicht zuletzt wächst mit mehr Wissen und Aufmerksamkeit auch die Bereitschaft, Bienen bewusst Raum zu geben. Indem Menschen ihre Umgebung ein wenig wilder und vielfältiger gestalten, entsteht ein Mosaik aus kleinen Rückzugsorten, das einen grossen Beitrag zum Erhalt der Bienen leisten kann.

Supradyn® pro VITALITY

Für körperliche und geistige Vitalität – mit Ginseng und Olivenextrakt



12 Vitamine und 9 Mineralstoffe und Ginsengextrakt, Olivenextrakt

Für körperliche Vitalität:

Vitamine B1, B6, B12, Niacin, Vitamin C sowie Kupfer und Mangan

Für geistige Vitalität:

Pantothensäure, Eisen, Zink, Jod

Ab 18 Jahren: 1 Brause- oder Filmtablette täglich

Ideal für Personen ab 50, die ihre körperliche und geistige Fitness unterstützen möchten – bei erhöhtem Mikronährstoffbedarf, für Konzentration, Gedächtnis und einen aktiven Alltag. Auch für jüngere Erwachsene geeignet.

* Die Vitamine B1, B6, B12, Niacin, Vitamin C sowie Kupfer und Mangan tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Eisen, Zink und Jod tragen zu einer normalen kognitiven Funktion bei. Pantothensäure trägt zu einer normalen geistigen Leistung bei. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind wichtig für die Gesundheit.

Nahrungsergänzungsmittel



Hier erfahren Sie mehr über Supradyn® pro Vitality



Zugangscode: RPSUMNX

BayerProfessional

Wandertipp Berner Oberland

von Evelyne Binsack, Extremsportlerin, erste Schweizerin auf dem Gipfel des Mount Everest und Supradyn® pro VITALITY Botschafterin

Wunderbar gelegen im Rychenbachtal oberhalb von Meiringen auf 1499 m. Die Wanderung ist sehr einfach und führt von der Schwarzwaldalp 1450 m (Parkplatz mit PW oder ab Meiringen mit dem Postbus) auf einer Naturstrasse an der Brochhütte vorbei und auf einem breiten Wanderweg bis auf einen kleinen Pass mit dem Flurnamen «Uf der Egg» auf 2009 Metern. Von hier zweigt ein Bergweg links ab, es geht ein paar Kehren steil aufwärts auf ein wunderschönes Hochplateau, wo es einen winzigen See hat, das Hornseewli. Rasten kann man auf dem östlich davon gelegenen Hügel, dem Cherhubel, auf 2213 m. Vom Hornseewli führt der Wanderweg wieder runter zum Oberläger und zurück zur Schwarzwaldalp. Wer noch nicht genug hat, besucht auf dem Rückweg die Rosenlauischlucht, eine imposante Schlucht, wo der Rosenlaugletscher sein Wasser talwärts rauschen lässt.

Zeit/Schwierigkeit: 4–5 h für die Rundtour (T2) ab Schwarzwaldalp

Weitere Wandertipps finden Sie in unserer Supradyn® pro Vitality Wanderbroschüre und im SAC Tourenportal www.sac-cas.ch.



Brochhütte © SAC-CAS

Die soziale Werkstätte Tufty

macht aus Kinderzeichnungen Teppiche. Mit Liebe von Hand gemacht.

Von der Kinderzeichnung zum Teppich. Menschen mit Unterstützungsbedarf arbeiten in der Werkstätte Tufty, weil sie ihrer vorherigen Arbeit nicht mehr nachgehen können. Das Tufting im Atelier ist abwechslungsreich, kreativ, sinnstiftend und ein wichtiger Schritt auf dem Weg zurück in den Arbeitsalltag. So schenkt jedes Tufty doppelt Freude: den Eltern, dem Kind – sowie den Menschen, die das Kunstwerk entstehen lassen.

Was ist Tufting? Tufting ist ein bisschen wie Sticken und Nähen gleichzeitig. Dabei wird mit einer sogenannten Tufting-Pistole Wolle oder Acrylgarn durch den Stoff geschossen, der auf einem grossen Rahmen aufgespannt ist. Auf der Vorderseite entsteht so ein flauschiges Muster. Die Rückseite wird mit Leim und Filz verstärkt, damit der Teppich lange schön bleibt.



Hier erfahren Sie mehr über Tufty



Tufty.ch

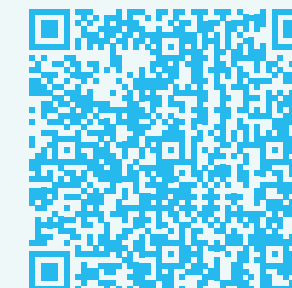
20% Rabatt für Ihre Teppichbestellung! Rabattcode: SUPRADYN gültig bis 31.12.2026

Im Rahmen des Malwettbewerbs der Supradyn®-Familien-Promotion im März 2026 gibt es 10 Tufty-Teppiche für Ihre kleinen Kundinnen und Kunden zu gewinnen.

JETZT MITMACHEN beim Vitaminquiz und Ihr Testprodukt wählen

So einfach geht's:

QR-Code scannen und 7 Fragen zu den Nahrungsergänzungsmitteln von Bayer beantworten



Gültig bis 30.04.2026, solange der Vorrat reicht.



1 kostenloses Testprodukt auswählen

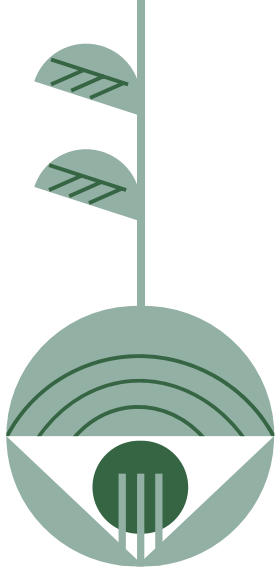
aus folgenden Supradyn® pro oder Berocca® PRO Nahrungsergänzungsmitteln



Haarausfall

Volles, gesundes und glänzendes Haar – wer wünscht sich das nicht? Die Haare bestimmen das äussere Erscheinungsbild einer Person und werden somit als Teil ihrer Persönlichkeit betrachtet. Für die meisten Menschen sind Schönheitsideale und gesellschaftliches Ansehen eng mit besonderen Vorstellungen von Haarfarbe, Haarfülle oder Form verbunden.

So versucht der Mensch schon seit den Zeiten der alten Ägypter, mit der Mode zu gehen und die Fülle, den Glanz und die Farbe seiner Haare zu beeinflussen. Für viele Frauen und Männer sieht die Realität jedoch anders aus: Haarprobleme oder sogar Haarausfall ist mit einem sehr hohen Leidensdruck verbunden.



Haarausfallarten, Merkmale und häufige Ursachen

Haarausfallart	Merkmale	Häufige Ursachen
Diffuser Haarausfall (Alopecia diffusa)	Haarausfall über den gesamten Kopf verteilt	- Krankheitsbedingt: Schilddrüsenfunktionsstörungen, Infektionen - Nicht krankheitsbedingt: Stress, hormonelle Schwankungen, Umwelteinflüsse
Kreisrunder Haarausfall (Alopecia areata)	- Scharf umrissene, runde kahle Stellen - Gesamter Kopf	Vermutlich eine Autoimmunreaktion
Hormonell erblich bedingter Haarausfall bei Männern (Alopecia androgenetica)	- Zu Beginn: Geheimratsecken – Haarausfall im Schläfenbereich - Anschliessend: Haarausfall am Hinterkopf - Beide Bereiche gehen ineinander über	Erblich bedingte Überempfindlichkeit der Haarwurzeln gegenüber Dihydrotestosteron
Hormonell erblich bedingter Haarausfall bei Frauen (Alopecia androgenetica)	- Zu Beginn: Ausdünnung der Haare im Scheitelbereich - Anschliessend: Fortschreitender Haarausfall auf dem Oberkopf - Meist keine veränderten Hormonspiegel im Blut	- Erblich bedingte Überempfindlichkeit der Haarwurzeln gegenüber Dihydrotestosteron - Reduzierte Enzymaktivität der Haarwurzeln

Priorin® N zur Behandlung von Haarausfall verschiedener Ursachen

- Wichtige Eigenschaften**
- Klinisch belegte Wirksamkeit¹
 - Bisher sind keine Nebenwirkungen beobachtet worden
 - Hilft auch bei spröden und brüchigen Fingernägeln
 - Auf Basis pflanzlicher Inhaltsstoffe und Cystin und Calciumpantothenat

- Anwendung**
- 3 Kapseln pro Tag einnehmen
 - Anwendungsdauer: 3–6 Monate

Tipp
Priorin® Liquid (Kosmetikprodukt) kann ergänzend dazu empfohlen werden.



Arzneimittel



Mehr erfahren?
Hier geht's
zum Lernvideo



Zugangscode:
RPSUMNX

BayerProfessional

Wirkstoffe

Goldhirsetotalextrakt

Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Aminosäuren, Fettsäuren

Weizenkeimöl

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren, Vitamin E

Cystin

Wichtigste Aminosäure des Keratins

Calciumpantothenat

Vitamin B5. Das Produkt zur Behandlung von Haarausfall, unabhängig von der Ursache!

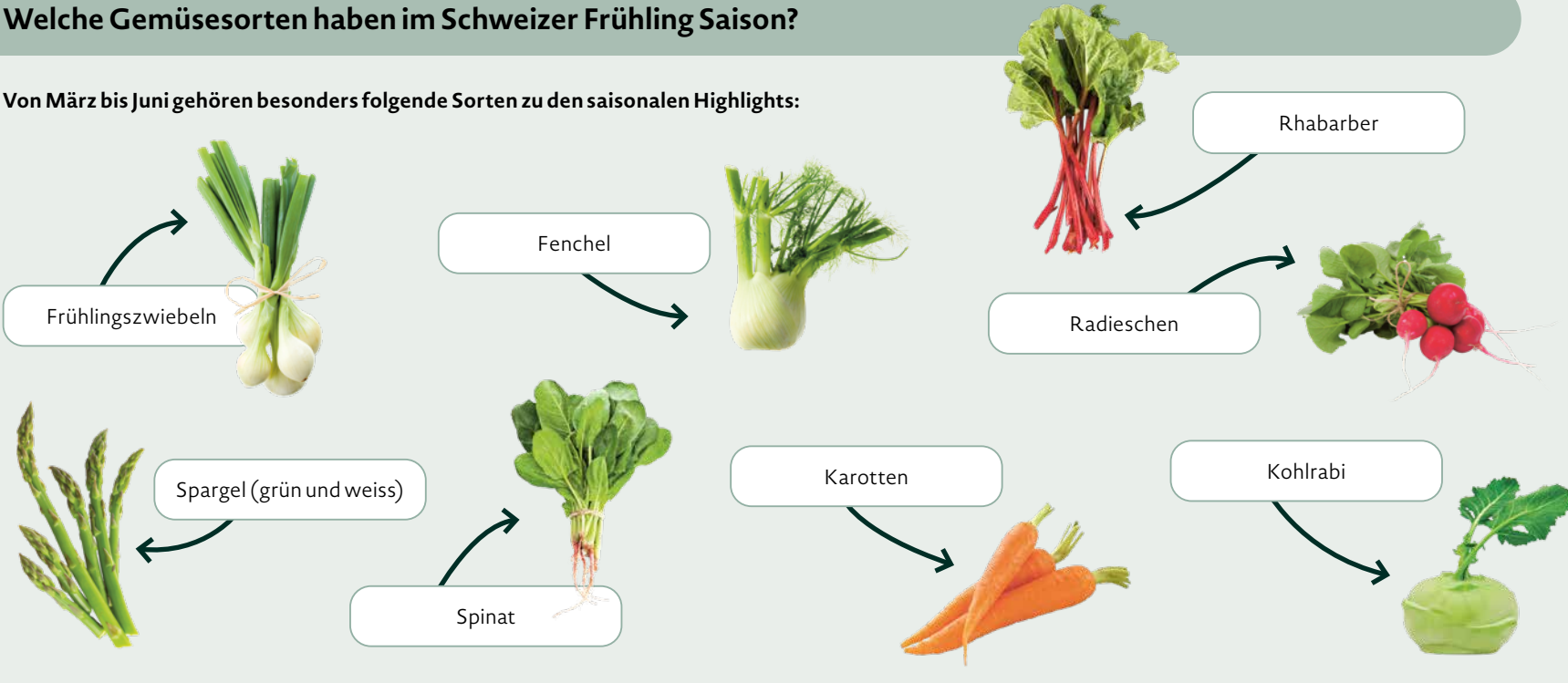
Kochen im Rhythmus des Frühlings

Der Frühling bringt nicht nur wärmere Tage, sondern auch eine Fülle an frischem Gemüse aus Schweizer Anbau. Jetzt ist die perfekte Zeit, um saisonal zu kochen mit Zutaten, die besonders aromatisch, nährstoffreich und klimafreundlich sind. Doch welche Gemüsesorten haben jetzt Saison? Und wie verwandelt man sie in einfache, frische Gerichte?

Wenn die Natur im Frühling erwacht, füllen sich auch die Schweizer Märkte wieder mit farbenfrohem, knackigem Gemüse. Saisonale Produkte haben kurze Transportwege, benötigen kaum Energie für Lagerung oder Gewächshauswärme und kommen frisch vom Feld auf den Teller. Sie schmecken intensiver, enthalten mehr Nährstoffe und verringern zugleich unseren CO₂-Fussabdruck.

Welche Gemüsesorten haben im Schweizer Frühling Saison?

Von März bis Juni gehören besonders folgende Sorten zu den saisonalen Highlights:



Spargel – der Frühlingsklassiker

Spargel ist ein bekanntes Frühlingsgemüse in der Schweiz. Grüner Spargel wächst über der Erde und entwickelt daher ein intensiveres Aroma, während weisser Spargel unter Erde gestochen wird und milder schmeckt. Beide Sorten sind reich an Folsäure, Kalium und antioxidativen Pflanzenstoffen. Sie eignen sich perfekt für leichte Frühlingsgerichte und lassen sich ohne viel Aufwand zubereiten.

Spargel-Risotto

- Zutaten für 2 Personen:
- 300g grüner oder weisser Spargel
 - 1 kleine Zwiebel
 - 160g Risottoreis
 - 1–2 EL Butter oder Öl
 - 1 dl Weisswein (optional)
 - ca. 6 dl heisse Gemüsebouillon

- Abschmecken mit:
- 40g Parmesan
 - Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- Spargel in Stücke schneiden, Spitzen beiseitelegen. Stücke 3 Minuten blanchieren, Spitzen nur kurz.
- Zwiebel in Butter anschwitzen, Reis zugeben und unter Rühren dünsten, bis er glasig ist.
- Mit Wein ablöschen, nach und nach Bouillon begeben.
- Nach ca. 15 Minuten Spargelstücke untermischen, zuletzt die Spitzen.
- Mit Parmesan und etwas Butter cremig rühren, abschmecken und sofort servieren.

Rhabarber – ein süss-saurer Traum

Rhabarber zählt botanisch zwar zum Gemüse, wird aber in der Küche fast ausschliesslich wie eine Frucht verwendet. Sein charakteristisches, angenehm säuerliches Aroma entsteht durch natürliche Fruchtsäuren und macht ihn ideal für Kompott, Crumbles oder Kuchen. Rhabarber enthält viel Kalium, Vitamin K und Antioxidantien und schmeckt besonders zart, wenn er jung geerntet wird.

Rhabarber-Crumble (leicht und frühlingsfrisch)

- Zutaten für 2–3 Personen:
- 300g Rhabarber
 - 2–3 EL Zucker oder Honig
 - 1 TL Zitronensaft
 - ½ TL Vanille oder Vanillezucker
- Für die Crumble-Schicht:
- 60g Haferflocken
 - 40g Mehl oder Mandelmehl
 - 40g Butter oder pflanzl. Alternative
 - 2–3 EL brauner Zucker
 - 1 Prise Salz
 - Optional: 1 TL Zimt

Zubereitung:

- Backofen auf 180°C vorheizen.
- Rhabarber waschen, schälen (falls faserig) und in kleine Stücke schneiden.
- Mit Zucker, Zitronensaft und Vanille mischen.
- Für die Crumble-Schicht Haferflocken, Mehl, Butter, Zucker und Salz mit den Fingern zu einer krümeligen Masse verreiben.
- Rhabarber in eine kleine, ofenfeste Form geben und die Crumble-Masse darüber verteilen.
- 20–25 Minuten backen, bis die Kruste goldbraun und der Rhabarber weich ist.



Folsäure

Folsäure ist die synthetisch hergestellte Form von Folat, auch Vitamin B9 genannt. Folsäure wird im Körper **zur aktiven Form umgewandelt, mehrheitlich zu 5-Methyltetrahydrofolat (5-MTHF)**. Da bei 10 bis 15 % der Schweizer Bevölkerung³ die Umwandlung von Folsäure zu 5-MTHF eingeschränkt sein kann,⁴ kann in Supplementen **ein teilweiser Austausch von Folsäure durch die synthetische, bioaktive Form Calcium-L-Methylfolat vorteilhaft sein**. Diese bioaktive Form ist auf dem Markt als Metafolin®* erhältlich. **elevit® PROVITAL Complex + DHA** enthält 400 µg Folat pro Kapsel, davon sind 200 µg Metafolin®.*

Einnahmeempfehlung bei Kinderwunsch und Schwangerschaft:

550 µg Folatäquivalente aus der Nahrung und zusätzlich 400 µg synthetische Folsäure pro Tag (ab mindestens 4 Wochen vor geplanter Schwangerschaft starten) während mindestens der ersten 12 Wochen der Schwangerschaft.

Schwangerschaft: 550 µg² plus
Ergänzung
Stillzeit: 450 µg²

Aufgrund ihrer Struktur sind die **in der Nahrung vorkommenden Folate nur zu 50 bis 60 % im Darm resorbierbar, synthetische Folate zu fast 100 %**.² Nahrungsfolate findet man in Leber, Blättern von grünem Gemüse wie Spinat, Broccoli, Rosen- und Grünkohl sowie in Eigelb, Endivien, Spargel, Tomaten, Weizenkeimen, Roggenvollkorngetreide, Orangen, Bananen oder Mangos. Der erhöhte Bedarf bei Kinderwunsch und in der Schwangerschaft kann nicht allein über die Ernährung abgedeckt werden. In der Schweiz wird eher zu wenig Folsäure über Lebensmittel zugeführt.⁵

Der tägliche Bedarf an Folsäure erhöht sich in Wachstumsphasen wie während der Schwangerschaft und Stillzeit. Das B-Vitamin Folsäure spielt eine zentrale Rolle bei Zellteilungs- und Neubildungsprozessen und in der Blutbildung. Insbesondere für den **Verschluss des Neuralrohrs** ist eine frühzeitige, ausreichende Zufuhr wichtig, da sich dieses bereits zwischen der 2. und 4. Schwangerschaftswoche schliesst. Eine ungenügende Versorgung mit Folsäure kann beim Kind zu einem Neuralrohrdefekt (z. B. Spina bifida, offener Rücken) führen. Folsäuremangel zeigt sich zudem auch als Anämie (Blutarmut).

EINFACH, MODERN, ALLES IN EINER KAPSEL



Nahrungsergänzungsmittel

Ihre Empfehlung bei Kinderwunsch, in der Schwangerschaft und in der Stillzeit:
elevit® PROVITAL Complex + DHA

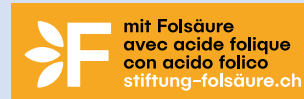
12 Vitamine
6 Mineralstoffe
200 mg Omega-3-Fettsäure DHA

- 400 µg **Folat**, davon 200 µg **Calcium-L-Methylfolat (Metafolin®)***
- Einfach zu schlucken
- Geschmacks- und geruchsneutral
- Gluten- und laktosefrei
- Frei von Schweinegelatine

Verzehrempfehlung

1 Kapsel täglich mit ausreichend Flüssigkeit ab mindestens einem Monat vor geplanter Schwangerschaft einnehmen.

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind wichtig für die Gesundheit.
* Metafolin® ist eine eingetragene Marke der Merck KGaA, Darmstadt, Deutschland.



Eine wertvolle Partnerschaft

Keine Folsäure, kein Leben. Seit dem Jahr 2000 setzt sich die Stiftung dafür ein, dass die Schweizerinnen und Schweizer besser über die Bedeutung des Lebensvitamins Folsäure informiert sind. Sie trägt gemeinsam mit über 40 Partnern zur Schliessung der «Folsäure-Lücke» bei und leistet einen wertvollen Beitrag für die Gesundheit der Bevölkerung.



Social Freezing Eizellen auf Vorrat

Immer mehr Frauen möchten ihre Familienplanung flexibel gestalten. Social Freezing verspricht eine neue Form der Freiheit: das Einfrieren unbefruchteter Eizellen für später. Doch wie funktioniert das eigentlich genau?

Das sogenannte Social Freezing hat sich in den letzten Jahren von einer selten genutzten medizinischen Option zu einem viel diskutierten Thema entwickelt. Es ermöglicht Frauen, die ihre Mutterschaft bewusst verschieben möchten, mehr Planungssicherheit. Der Kern des Verfahrens ist die Vitrifikation, ein besonders schneller Einfrierprozess, der verhindert, dass sich schädliche Eiskristalle in der empfindlichen Eizellstruktur bilden.

Soll zu einem späteren Zeitpunkt eine Schwangerschaft angestrebt werden, werden die Eizellen aufgetaut, mittels In-Vitro-Fertilisation befruchtet und als Embryos in die Gebärmutter eingesetzt. Die Erfolgsrate hängt entscheidend vom Alter der Frau zum

Zeitpunkt des Einfrierens ab: Unter 35 Jahren sind die Chancen am besten.

Für wen eignet sich Social Freezing?

Die Methode richtet sich an Frauen, die ihre biologische Uhr ein Stück weit entkoppeln möchten. Besonders sinnvoll kann Social Freezing sein für:

- Frauen, die ihre Familienplanung später angehen möchten
- Frauen ohne feste Partnerschaft
- Frauen mit erhöhtem Risiko für eine frühere Menopause
- Patientinnen vor fertilitätsbeeinträchtigenden Therapien (hier spricht man von Medical Freezing)

Für viele Frauen bedeutet das Verfahren vor allem eine spürbare Entlastung und mehr Freiheit, das eigene Leben nach persönlichen Prioritäten zu gestalten. Allerdings wirft Social Freezing auch neue gesellschaftliche Fragen auf: Strukturelle Probleme wie mit der Familie unvereinbare Arbeitsmodelle, hohe Lebenshaltungskosten oder fehlende Betreuungsangebote werden durch das Verfahren nicht gelöst.

Jedenfalls schafft das Social Freezing eine zusätzliche Option, ist aber trotzdem kein Garant für eine spätere Schwangerschaft. Richtig eingeordnet ist das Verfahren weniger ein Ersatz für natürliche Fertilität, sondern vielmehr ein Instrument, um Frauen mehr Flexibilität und Selbstbestimmung zu ermöglichen.

Vor dem Einfrieren stehen mehrere Schritte:

Hormonelle Stimulation:

Über einen Zeitraum von ca. 2 Wochen werden die Eierstöcke hormonell angeregt, meist mit Hormonspritzen, um mehrere Eizellen gleichzeitig heranreifen zu lassen. Ultraschallkontrollen und Blutuntersuchungen begleiten diesen Prozess engmaschig.

1

Eizellentnahme (Punktion):

Unter leichter Sedation punktiert die Ärztin oder der Arzt die Follikel über die Scheide und gewinnt so die Eizellen. Der Eingriff wird ambulant durchgeführt.

2

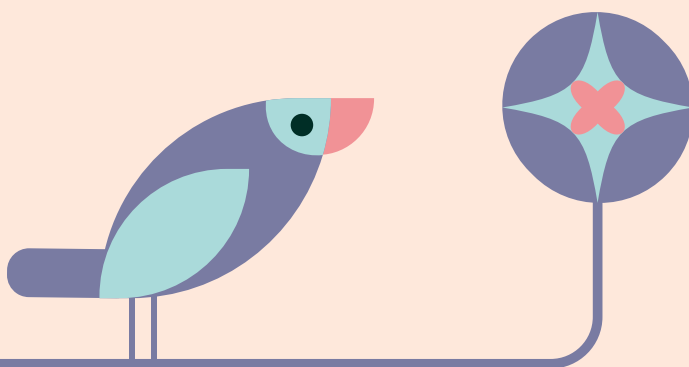
Vitrifikation:

Die gewonnenen Eizellen werden sofort eingefroren und können über mehrere Jahre, in der Schweiz jedoch höchstens 10 Jahre, sicher gelagert werden – ohne dass nach aktuellem Wissensstand ihre Qualität abnimmt.

3

Kosten für das Freezing

Das Einfrieren von Eizellen ist mit hohen Kosten verbunden, die sich je nach Anbieter unterscheiden – unter anderem für die Hormonbehandlung sowie die Lagerung der Oozyten. Beim Medical Freezing, wo das Einfrieren aufgrund einer fertilitätsbeeinträchtigenden Therapie notwendig ist, übernehmen Krankenkassen nach vorgängiger Prüfung die Kosten für das Verfahren.



Bepanthen® MED Creme

Z: Dexpanthenol. **I:** Behandlung von überbeanspruchter und gereizter Haut, raue Hautstellen. **D/A:** Je nach Bedarf ein- bis mehrmals täglich anwenden. **KI:** Überempfindlichkeit gegen einen oder mehrere der Inhaltsstoffe. **W/V:** Enthält Cetylalkohol, Stearylalkohol, Wollwachs, Propylenglycol. **IA:** Keine bekannt. **UW:** In sehr seltenen Fällen können allergische Hautreaktionen auftreten. **Abgabekategorie D.**

Bepanthen® MED Lösung

Z: Dexpanthenolum 50 mg/ml. **I:** Zur Mundspülung bei Entzündungen der Mundhöhle. Zur lokalen Behandlung kleiner, nicht infizierter Wunden. Begleitbehandlung von Atemwegserkrankungen durch Inhalation gemäss ärztlicher Anordnung. **D/A:** Erwachsene, Jugendliche und Kinder: Entzündung der Mundhöhle: Bepanthen® Lösung unverdünnt oder 1:1 verdünnt mit abgekochtem Wasser verwenden. Mehrmals täglich behandeln. Topische Behandlung kleiner nicht infizierter Wunden: Wunden mehrmals täglich mit Bepanthen® Lösung betupfen (unverdünnt oder 1:1 verdünnt mit abgekochtem Wasser). Verwendung bei Atemwegserkrankungen: Zur Inhalation mit einem Inhalationsgerät wird Bepanthen Lösung unverdünnt eingesetzt. **KI:** Überempfindlichkeit gegen einen der Inhaltsstoffe. **W/V:** Kontakt mit den Augen ist zu vermeiden. **IA:** Keine bekannt. **UW:** Allergische Reaktionen und allergische Hautreaktionen; Brennendes Gefühl, Parästhesien; Augenirritationen, Augenrötungen. **Abgabekategorie D.**

Bepanthen® MED Nasensalbe

Z: Dexpanthenol 5 %. **I:** Aufbau und Regeneration sowie Befeuchtung trockener Nasenschleimhaut. **D/A:** Ein- bis dreimal täglich auf die Nasenschleimhaut streichen und einmassieren. **KI:** Überempfindlichkeit gegen einen der Inhaltsstoffe. **W/V:** Adeps Lanae kann Hautreizungen hervorrufen. **IA:** Keine bekannt. **UW:** In seltenen Fällen allergische Hautreaktionen. **Abgabekategorie D.**

Bepanthen® MED Plus

Z: Dexpanthenol, Chlorhexidin. **I:** Schnitt-, Kratz- und Schürfwunden, Verbrennungen. **D/A:** Nach Bedarf ein- bis mehrmals täglich anwenden. **KI:** Nicht am perforierten Trommelfell anwenden. **W/V:** Kontakt mit Ohren und Schleimhäuten vermeiden; darf nicht mit dem Auge in Berührung kommen. **IA:** Inkompatibel mit Seifen, anderen anionischen Substanzen und Desinfektionsmitteln. **UW:** Allergische Hautreaktionen, Hornhautschädigung. **Abgabekategorie D.**

Bepanthen® MED Salbe

Z: Dexpanthenol. **I:** Vorbeugung und Behandlung von Windelerythemen, Behandlung wundter Brustwarzen, Hauttrockenheit, Hautreizungen. **D/A:** Je nach Bedarf ein- bis mehrmals täglich anwenden. **KI:** Überempfindlichkeit gegen einen oder mehrere der Inhaltsstoffe. **W/V:** Augenkontakt vermeiden. Enthält Cetylalkohol, Stearylalkohol, Wollwachs. **IA:** Verminderung der Reissfestigkeit von Kondomen aus Latex. **UW:** In sehr seltenen Fällen können allergische Hautreaktionen auftreten. **Abgabekategorie D.**

Priorin® N

Z: Hirsetotalextrakt (140 mg), Weizenkeimöl (271 mg), Cystin (2 mg), Calciumpantothenat (10 mg) pro Kapsel. **I:** Haarausfall verschiedenster Ursache sowie spröde und brüchige Fingernägel. **D/A:** Zwei- bis dreimal täglich 1 Kapsel nach dem Essen mit etwas Flüssigkeit einnehmen. **KI:** Allergie auf einen der Inhaltsstoffe. **UW:** Bis jetzt sind keine Nebenwirkungen beobachtet worden. **Abgabekategorie D.**

Ausführliche Informationen: www.swissmedinfo.ch.

Referenzen

1. Gehring W. and Gloor M. Das Phototrichogramm als Verfahren zur Beurteilung haarwachstumsfördernder Präparate am Beispiel einer Kombination von Hirsefruchtextrakt, L-Cystin und Calciumpantothenat – Ergebnisse einer in vivo Untersuchung bei Frauen mit androgenetischem Haarausfall (GCP-konform, 3×2 halb so hoch dosierte Kapseln). Zeitschrift für Hautkrankheiten 2000;75(7–8):419–423. Die referenzierten Daten resp. Publikationen werden auf Anfrage zur Verfügung gestellt. *** 2.** Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV. Schweizer Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Dynamische Tabelle. Online-Quelle: <https://www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/empfehlungen-informationen/naehrstoffe/naehrstoffzufuhr-dynamischetabelle.html>. Zugriff am 17.10.2022. **3.** Broschüre «Folsäure ist unentbehrlich...» 2008 Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV. <https://www.blv.admin.ch/dam/blv/de/dokumente/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/broschuerefolsaeure.pdf.download.pdf/Brosch%C3%BCre%20Fols%C3%A4ure,%20dt.pdf>. **4.** Kirke PN, Mills JL, Molloy AM, et al. Impact of the MTHFR C677T polymorphism on risk of neural tube defects: case-control study. BMJ. 2004; 328(7455): 1535–1536. **5.** Bundesamt für Gesundheit: Sechster Schweizerischer Ernährungsbericht. 2012.

* Die referenzierten Daten resp. Publikationen werden auf Anfrage zur Verfügung gestellt.



Impressum

Herausgeber: Bayer (Schweiz) AG / Consumer Health
Verantwortlich: Sibylle Bachmann
Redaktion: Sibylle Bachmann, STO Pharmawerbung AG
Konzept und Layout: STO Pharmawerbung AG

