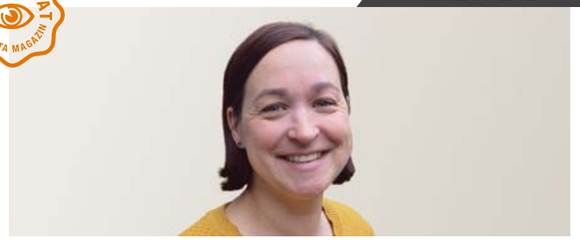
KOLUMNE



Lorena Sell, Hamburg,
Mitglied im PTA Beirat

Auf die Wechseljahre geblickt

Von oben betrachtet, also aus meiner ganz persönlichen hormonellen Vogelperspektive, sieht eine Beratung zu Beschwerden in den Wechseljahren in der Offizin aus wie ein kleines Theaterstück. Unten am HV-Tisch steht eine Kundin, die einer PTA im ersten Akt ganz leise zuflüstert, dass sie schon seit Wochen nicht mehr richtig schläft. Während ihr die Unterschiede zwischen pflanzlichen Präparaten und Hormontherapie erklärt werden und wann welche Behandlung angezeigt ist, denke ich: „Schwester, ich kann dir ein ganzes Kapitel aus meinem eigenen nächtlichen Drama vorlesen."



Dann geht es weiter, es folgt der zweite Akt. Die Kundin beschreibt diesen plötzlichen, zähen Nebel im Kopf. Ich nicke wissend. Brain Fog? Ja, kenne ich bestens. Erst gestern stand ich in meinem Hausflur und hatte auf einmal keine Ahnung mehr, warum ich eigentlich dort war. Im dritten Akt folgen die Hitzewallungen. Die Apothekenkundin berichtet von inneren Tropennächten, und ich denke: „Willkommen im Club." Während ihr ein kühlendes Spray empfohlen wird, fühle ich selbst bereits die nächste Hitzewelle anrollen. Diese Vogelperspektive hat etwas ungemein Tröstliches: Ich bin nicht allein. Wir sind viele. Wir stehen da, lächeln und erleben die einzelnen Phasen der Wechseljahre parallel mit. Auch Humor hilft, auch Wissen hilft und auch die Erkenntnis, dass wir alle früher oder später durch diese Lebensphase navigieren, die sich Wechseljahre nennt.

PTA BEIRAT IM WEB Hier geht's schnell und direkt zu allen Texten rund um den PTA Beirat.



PTA FUNK: English dialogues

www.das-pta-magazin.de/englisch-- Die Serie „English for PTA" erscheint alle zwei Monate in DAS PTA MAGAZIN. Thematisch begleitet sie das Titelthema. Und Sie können den Dialog auch hören. Gesprochen von Native Speakern, können Sie sich so mit der Aussprache der Vokabeln und der Führung eines Beratungsgesprächs auf Englisch vertraut machen. Hören Sie rein: Den Podcast PTA FUNK finden Sie in der Mediathek!

Grafik/Fotos: Mone Beek; Mauricio Graiki, Getty Images/iStockphoto; Christoph Niekamp

Meine Meinung zählt

Anmerkungen und Anregungen bitte an:
das-pta-magazin@
deutscher-apotheker-verlag.de

Wie sprechen Sie Körpergerüche an?

Wir stellen Fragen, Sie antworten: An dieser Stelle lassen wir monatlich PTA zu Wort kommen. Zu alltäglichen Problemen, die die Arbeit in der Apotheke so herausfordernd machen.



SIGRID WECKSCHMIED
Schauburg Apotheke, Dresden

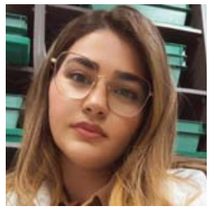
Ich spreche das Thema nur bei Personen an, von denen ich glaube, dass sie mit dieser Kritik umgehen können. Familie, Freunde, Kollegen – aber nicht bei denen, die mit Samthandschuhen angefasst werden müssen und per se alles falsch verstehen. Es gibt keinen Standardsatz, aber immer eine Einleitungsfrage zu den Umständen, die dazu geführt haben, warum das Duschen nicht möglich war. „Ist mit den Kindern (oder zu Hause) alles ok? Du bist ja wohl nicht mal zum Duschen gekommen." Angepasst an die Situation der Person. Gerne verwickele ich mehrere Kollegen in ein Gespräch über Waschmittel, Temperaturen und mögliche Probleme mit Baumwolle. Erzähle die Vorzüge von Merinowolle (riecht nicht mal beim Wandern). Aber ich habe es noch nie direkt gesagt.

MANUELA BRACHT-DEINAT
Apotheke an der Berliner Straße, München

Erstmal mit Luftanhalten, Fensteröffnen und Klammer in der Nase. Dann die Frage, ob das Gegenüber Magenprobleme hat oder beim Zahnarzt war. Dann entwickelt sich meistens ein Gespräch in eine Richtung. Denn manche kennen das Problem und hoffen, es merkt keiner, oder sie wissen es nicht.

DERYA CAKICI
Apotheke am Koppeldamm, Elmshorn

Ich erzähle über ein angeblich neu entdecktes Deo oder Duschgel, wovon ich begeistert bin. So lenke ich das Gespräch zum Thema Düfte/Gerüche und erzähle meine Erfahrungen. Schweiß nach dem Sport, Schwitzen beim Sonnen und was ich dagegen tue.





TANJA GRAßL
Kapuziner Apotheke, Wolnzach

Ich spreche das Ganze unter vier Augen an. Zum Beispiel: „Sei mir bitte nicht böse, aber dein Deo hat heute wohl versagt", und biete mein Deo an.

FRANZISKA ZIMMERMANN
Theisstal-Apotheke, Niedernhausen

Gar nicht. Man sollte eine gewisse Contenance wahren. Auch durch Einnahme von Medikamenten kann man mal „schlecht" riechen. Also Augen und Nase zu und durch.

MARGIT HOCHDORFER
Stadtapotheke, Bad Waldsee

Etwa so: „Ich habe ein tolles Deo. Wenn ich das jeden Morgen nach dem Duschen verwende, fühle ich mich frisch. Soll ich dir das aufschreiben?"

Fotos: privat (3)