



Aktionen im August

August:

Gutes Bauchgefühl – was der Darm über unsere Gesundheit verrät!

Große Darmberatungswochen in Ihrer Rathaus Apotheke.



EAU THERMALE

Avène

12. August:

Avène-Hautberatungstag (10 bis 18 Uhr)

Finden Sie die optimale Pflege und den idealen Sonnenschutz für empfindliche Haut.



28. August:

**RAUSCH-Beratungstag
Kostenlose Haar- & Kopfhautanalyse (10 bis 18 Uhr)
Gesundes Haar durch Pflanzenkraft!**

Wir stellen Ihnen abgestimmt auf Ihr individuelles Haarbedürfnis die richtige Pflegelinie der Firma Rausch zusammen.

EUBOS[®]
MED

31. August:

EUBOS[®]-Beratungstag

Kostenlose Hautanalyse und Erstellung eines Pflegekonzeptes für Ihre Haut mit Eubos Hautpflege.

**AOK- Versicherte
aufgepasst!**

Zeitlich begrenzt bietet Ihre Krankenkasse folgenden Service:

Ähnlich dem TÜV fürs Auto können Sie auch die Verträglichkeit Ihrer Medikamente prüfen lassen. Diese Leistung kostet bei uns normalerweise 59 Euro (Service-Karteninhaber: 49 Euro), ist für Sie aber zurzeit kostenlos! Kommen Sie vorbei und lassen sich beraten.



**Ihr internationales Rathaus-Apotheken Team
Kompetent, engagiert, gastfreundlich!**



Zubereitung von Naturheilmitteln

Internationales Team mit 10 Apotheker/innen und 30 PTAs mit 40 Weiterbildungs-Qualifikationen, 10 PKA, 7 Fahrer/innen

Individuelle und qualifizierte Beratung in z.Z. 20 Sprachen - inklusive Gebärdensprache



Steril-Herstellung

„Ganzheitliche Pharmazie“ wie Homöopathie und Naturheilmittel, Prävention

4 Kosmetikerinnen - 2 Behandlungszimmer - über 20 verschiedene Kosmetik-Depots inklusive Behandlung



Modernste Warenwirtschaft

Über 22.000 verschiedene Artikel vorrätig - 97% sofortige Lieferfähigkeit!



Kosmetik & Wellness

Gesundheits- und Ernährungsberatung, eigene „Gesundheitszeitung“ und Vortragsreihe im Sparkassen Karree des Gesundheitszentrums Badstraße



Eigene „Gesundheitszeitung“

SP 60 Min gebührenfrei Parken
in den umliegenden Parkhäusern (ab 10 € Einkauf)

5. HAGENER KUNDENSPIEGEL®
Platz 1
BRANCHENSIEGER

Unternehmer: 38 City-Apotheken
93,6 % Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Franchisene: 92,9 % (Platz 1)
Betreiberzufriedenheit: 94,2 % (Platz 1)
Markenwertschöpfungsbeitrag: 93,6 % (Platz 1)
Kundenbefragungen: 87-89/2016
N°706 (City-Apotheken) von N°-906 (Gesamt)

MF Consulting Dipl.-Kfm. Marc Lahlh
www.aundemspiegel.de Tel: 0991298847

TOP JOB

Top-Arbeitgeber
Health Care 2016



Dr. Christian Fehske und Dr. Klaus Fehske
Fachapotheker für Arzneimittelinformation, Naturheilverfahren und Homöopathie, Ernährungsberatung

Überzeugen Sie sich von unserer Leistungsfähigkeit



Rathaus-Apotheke

Internationale Apotheke Dr. Fehske..

Im Gesundheitszentrum Badstraße

☎ 023 31- 326 63 • www.apotheke-fehske.de

Kompetent, engagiert, gastfreundlich!



Lieferservice





Rathaus-Apotheke
Internationale Apotheke Dr. Fehske
 Im Gesundheitszentrum Badstraße
 ☎ 023 31-32663 • www.apotheke-fehske.de
Kompetent, engagiert, gastfreundlich!



**Dr. Christian Fehske
 und Dr. Klaus Fehske**
 Fachapotheker für
 Arzneimittelinformation,
 Naturheilverfahren und
 Homöopathie,
 Ernährungsberatung

August 2017 • kostenlos

+ Rätsel

Liebe Leserinnen und Leser der Gesundheitszeitung,

es ist Sommer- und Urlaubszeit - trotzdem passiert in Ihrer Rathaus-Apotheke, Dr. Fehske wieder so viel, dass wir überlegen mussten, welche traditionellen sieben Themen wir für Sie raussuchen:



1. Kennen sie diese zwei fröhlichen Urlauber? Das Rätsel wird auf der Seite 2 gelöst und auch, was dies mit dem internationalen Rathaus-Apotheken Team zu tun hat.

2. Kennen Sie diesen Herrn noch? Fabian Palm wohnt in Arnsberg, war vor einem Jahr schon einmal bei uns als wertvoller, engagierter Mitarbeiter und kommt nun nach Erfahrungen in anderen Apotheken gern zu uns als PTA zurück! Wir können Ihnen gleichzeitig verraten, dass wir im Laufe der nächsten Wochen noch zwei weitere Männer in das Apotheken-Team aufnehmen werden.



3. Das Theater Hagen erlebt einen großen Umschwung! Alle vier Führungskräfte haben gerade das Haus zur gleichen Zeit verlassen! Wir danken



Norbert Hilchenbach, Florian Ludwig, Ricardo Fernando und Werner Hahn für 10 wunderbare Theaterjahre und wünschen ihnen alles Gute für ihre sehr unterschiedliche Zukunft. Glücklicherweise sind die vier Nachfolger inzwischen bereits vorhanden, denen wir ein gutes Einleben wünschen und alle Unterstützung zusagen. Was der Seniorchef auf der Bühne da macht, erläutern wir auf Seite 2.

4. Florian Ludwig hat als GMD in Hagen nicht nur das Orchester geleitet und viele andere Aktivitäten entfaltet - er hat auch einen eigenen philharmonischen Chor gegründet, den wir von Anfang an unterstützt haben.



5. Engagierte Hagener Unternehmer einschließlich Radio Hagen und Extradirekt organisieren am 27. und 28. August ein „Picknick ganz in Weiß“ - wir sind natürlich mit dabei und werden über sauberes Wasser aus Ihrer Wasserleitung informieren unter dem Motto „ein Fisch kann nur so gesund sein wie das Wasser in dem er schwimmt“.



6. Über unsere Bewerbung für das Siegel als familienfreundliches Unternehmen haben wir mehrfach berichtet - am Donnerstag, den 13. Juli war es dann soweit, dass wir das Siegel aus der Hand des Chefs der Hagener Arbeitsagentur Marcus Weichert entgegennehmen durften - Bilder dazu auf Seite 2.

7. Cannabis, Hanf, wurde vor ein paar Wochen für die Anwendung auf ärztliche Verordnung zugelassen. Da es dazu viele Fragen gibt, hat Dr. Christian Fehske im Rahmen des Gesundheitszentrums Badstraße dazu einen sehr gut besuchten Vortrag gehalten, den er anschließend auch vor sehr interessierten Therapeuten-Gruppen wiederholt hat. Die wichtigsten Stichworte finden Sie dazu auf Seite 28. Übrigens hält der Vater dann am 28. September im gleichen Rahmen einen Vortrag über Wein und Gesundheit.

Und damit wünschen wir Ihnen einen guten Sommerurlaub daheim oder in der Ferne. Denken Sie an Ihre Reiseapotheke und den geeigneten Sonnenschutz - Ihre Haut ist wie ein Elefant, sie vergisst nichts und reagiert noch Jahre später mit Hautkrebs nach starkem Sonnenbrand - fragen Sie uns, wir beraten Sie gern.

Ihr *Christian Fehske* und *Klaus Fehske*

sowie das gut gelaunte Team der Rathaus-Apotheke Dr. Fehske „kompetent, engagiert, gastfreundlich, ganzheitlich“

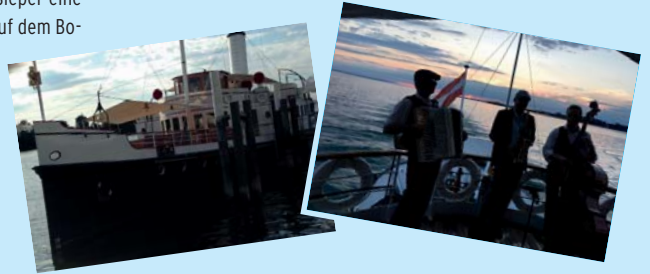
PS.: Und wenn Sie in Ihrem Urlaubsparadies beim Tanzen den alten Hit von Gitte hören: „Ich will alles, ich will alles - und zwar sofort“ dann dürfen Sie gern an Radio Hagen und unsere Werbung denken: In der Rathaus-Apotheke Dr. Fehske bekommen sie auch alles sofort - 97% aller angeforderten Arzneimittel und obendrein ein strahlendes Lächeln mit kompetenter, ganzheitlicher Beratung! 😊





MITARBEITERGESCHENK ENDLICH GENUTZT!

Vor ein paar Jahren hatten die Mitarbeiter der Apotheke unter Federführung von Annette Sieper eine wunderbare Idee, indem sie dem heutigen Seniorchef und seiner Frau eine Gourmet Reise auf dem Bodensee schenkten. Leider fährt dieser historische Raddampfer Hohentwiel nur im Sommer und da wir nur Ostern am Bodensee sind, klappte es nie, diesen Gutschein auszunutzen. Aber jetzt als 85% Rentner konnten wir diesen liebevoll restaurierten Dampfer zu einer Rundfahrt besteigen vorbei an Bregenz, Lindau und Wasserburg - bei Dixieland Musik, hervorragendem Essen und gutem Bodenseewein. Es war ein wunderschöner Abend - herzlicher Dank an unser ideenreiches Team!



THEATERFÖRDERER BEDANKEN SICH BEI FÜHRUNGSQUARTETT!



Mit diesem Saisonende haben mit dem Intendanten Norbert Hilchenbach, dem Generalmusikdirektor Florian Ludwig, dem Ballettdirektor Ricardo Fernando und dem Leiter des Jugendtheaters Lutz Werner Hahn alle vier künstlerischen Leiter das Theater Hagen verlassen. Der Marketing-Direktor Jürgen Pottebaum hatte eine eindrucksvolle, harmonische, völlig ausgebuchte Abschieds-Veranstaltung unter anderem mit drei Gesprächsrunden organisiert. Für die Theater-Förderer kamen Dr. Peter Born auf die Bühne, Ulla Berns für die Ballettfreunde und ich durfte die Bürgerstiftung der Theaterfreunde vertreten. Auf die Frage, was mein schönstes Erlebnis für die Bürgerstiftung gewesen sei, konnte ich spontan antworten: „Als Klaus Hacker und ich nach langem Kampf endlich in der ersten Sitzung der neu gegründeten Theater GmbH im Aufsichtsrat saßen. Wir hoffen nun, dass es gelingt, dass das Umland aus Südwestfalen sich auch an der Finanzierung des Theaters Hagen beteiligt, damit die Theatermitarbeiter sich nicht länger als störende finanzielle Belastung empfinden, sondern als wertvoller Schatz dieser Stadt, den es zu erhalten gilt.“

FLORIAN LUDWIG VERABSCHIEDET SICH VON SEINEM PHILHARMONISCHEN CHOR

Mit großem Engagement hat der bisherige GMD Florian Ludwig in Hagen einen Philharmonischen Chor gegründet, mit dem er regelmäßig mit Witz und Leidenschaft geprobt hat - unterstützt von seiner wunderbaren Frau Melanie Maennl, die zur Stimmschulung beigetragen hat. Bei der Abschiedsfeier bedankte sich der Chor auch bei der internationalen Rathaus-Apotheke und ihren Chefs, die den Chor von Beginn an unterstützt haben. Danke Dir lieber Florian an dieser Stelle für Deine eindrucksvolle Arbeit für Hagen mit ganz vielen einmaligen Konzerten. Glücklicherweise will auch der Nachfolger Joe Trafton die Arbeit mit diesem Philharmonischen Chor fortsetzen!



SIEGEL „FAMILIENFREUNDLICHES UNTERNEHMEN“ ÜBERGEBEN!

Nach langer Vorbereitung, vielen Informationsgesprächen und Interviews hat die Rathaus-Apotheke Dr. Fehske am 13.7. endlich das Siegel „familienfreundliches Unternehmen“ offiziell überreicht bekommen. Bei der feierlichen Übergabe, an der aus unserem Betrieb Angelika Göbel, Helai Wali und Nancy Zeqo teilnahmen, meinte eine langjährige Mitarbeiterin sehr zutreffend: „Chef, warum bekommen wir dieses Siegel denn erst heute? Das was über die anderen Unternehmen gesagt wird, tun wir doch schon immer!“ Ja, es steht ja sogar ganz offiziell in unserer „Firmen-Philosophie“ ganz am Anfang: „Das Wohlbefinden der Mitarbeiter ist die Basis für das Wohlbefinden unserer Gäste ...“ ... und dass sich unsere Mitarbeiter bei uns wohlfühlen, merken Sie sicher tagtäglich bei Ihren Besuchen in Ihrer Rathaus Apotheke Dr. Fehske.



AMTS-qualifizierte
Apotheke





CANNABIS ALS ARZNEI IN MEDIZIN UND APOTHEKE



abhängig machen und vor allem Gehirn von Kindern und Jugendlichen schädigen, daher erscheint das nach wie vor in Deutschland bestehende Verbot nachvollziehbar.

Was hat sich Anfang des Jahres in Deutschland verändert?

Anbau, Beschaffung oder die Anwendung von Cannabis zu Genusszwecken oder als Rauschdroge sind in Deutschland noch immer verboten. Geändert hat sich, dass Cannabis seit dem 10.3.2017 zu pharmazeutisch-medizinischen Zwecken ein „verschreibungs- und verkehrsfähiges Arzneimittel“ geworden ist, also von Ärzten auf (BTM-)Rezept verschrieben und dann über Apotheken erworben werden kann. In den Jahren zuvor gab es eine unglückliche Zwischenlösung, nach der etwa 1000 Patienten eine Sondergenehmigung zum Erwerb oder Anbau zu medizinischen Zwecken erhalten hatten – dies jedoch ausdrücklich ohne ärztliche Verschreibung oder Erstattung durch eine Krankenkasse.

Es gab allerdings schon vorher zugelassene „Cannabis-basierte“ Arzneimittel, unter anderem stellen Apotheken schon länger THC-haltige Tropfen und Kapseln als Rezeptur her, die unter dem Wirkstoffnamen „Dronabinol“ ärztlich verordnet werden können, außerdem gibt es verordnungsfähige cannabisbasierte Fertigarzneimittel.

Für wen bzw. welche Krankheiten kann Cannabis neuerdings eingesetzt werden? Diese vielleicht wichtigste ist die zugleich am schwierigsten zu beantwortende Frage. Es gibt zwar viele Hinweise und Hoffnungen auf mögliche Einsatzgebiete, die wissenschaftliche Forschung zu pharmakologischen Wirkungen der Cannabis-Inhaltsstoffe („Cannabinoide“) ist aber verglichen mit vielen anderen Wirkprinzipien noch vage und wenig fortgeschritten. Die Liste der Erkrankungen, für die früher Ausnahmegenehmigungen für den Cannabis-Einsatz erteilt wurden, ist zwar atemberaubend lang und reicht von Allergien und Angststörungen über Autismus und Cluster-Kopfschmerz bis hin zu Multipler Sklerose (MS), Schlafstörungen, Tinnitus und Zwangsstörungen, was den Eindruck vermitteln könnte, Cannabis sei eine Art „Allheilmittel“. Bei kritischer Betrachtung bleiben jedoch nur für 4 Krankheitszustände (Indikationen) aktuell einigermaßen verlässliche Forschungsergebnisse übrig:

Für wen bzw. welche Krankheiten kann Cannabis neuerdings eingesetzt werden?

Diese vielleicht wichtigste ist die zugleich am schwierigsten zu beantwortende Frage. Es gibt zwar viele Hinweise und Hoffnungen auf mögliche Einsatzgebiete, die wissenschaftliche Forschung zu pharmakologischen Wirkungen der Cannabis-Inhaltsstoffe („Cannabinoide“) ist aber verglichen mit vielen anderen Wirkprinzipien noch vage und wenig fortgeschritten. Die Liste der Erkrankungen, für die früher Ausnahmegenehmigungen für den Cannabis-Einsatz erteilt wurden, ist zwar atemberaubend lang und reicht von Allergien und Angststörungen über Autismus und Cluster-Kopfschmerz bis hin zu Multipler Sklerose (MS), Schlafstörungen, Tinnitus und Zwangsstörungen, was den Eindruck vermitteln könnte, Cannabis sei eine Art „Allheilmittel“. Bei kritischer Betrachtung bleiben jedoch nur für 4 Krankheitszustände (Indikationen) aktuell einigermaßen verlässliche Forschungsergebnisse übrig:

1. Bei Spastik (und Schmerzen) bei MS
2. Bei Übelkeit und Erbrechen, das durch bestimmte Krebsmedikamente verursacht wird („Zytostatika induziert“)
3. Zur Appetitsteigerung
4. Bei chronischen Schmerzen

Bemerkenswert erscheint, dass trotz der teilweise euphorischen Berichterstattung in keinem dieser Bereiche

eine generell überlegene Wirksamkeit von Cannabis gegenüber bereits vorhandenen Therapien erwartet werden darf. Cannabis schließt auch keine „therapeutische Lücke“, es ist vielmehr nur für wenige, seltene Situationen und Patienten vorgesehen, in denen alles andere schon versucht wurde und nicht vertragen wurde oder nicht ausreichend wirksam war.

Wie und auf welche Weise soll Cannabis angewendet werden?

Wenn ein Arzt getrocknete Cannabis-Blüten als Arzneimittel verordnet, muss er auch die Art der Anwendung und Dosierung festlegen, die in der Regel niedrig dosiert beginnt und sich langsam steigend an die individuell am besten zu vertragenen und wirksamen Dosis heran tastet. Sie können entweder als Tee zubereitet oder mit speziellen Verdampfern inhaliert werden. Eine Anwendung zusammen mit Tabak als „Joint“ kann wegen der mit Rauchen verbundenen gesundheitlichen Risiken nicht empfohlen werden. Verglichen mit anderen Arzneimitteln sind sowohl die Art der Anwendung, wie auch die Erkenntnisse zu empfohlenen Dosierungen so ungenau und vage, dass einige Experten von einem Rückschritt zu einer Art „Steinzeit-Pharmazie“ sprechen. Aus Apothekersicht würde die Empfehlung eher lauten, eine Cannabis-basierte Therapie mit Dronabinol-Rezepturen oder Fertigarzneimitteln durchzuführen, als die getrockneten Blüten zu verwenden.

Zusammenfassung

Das zuvor in Deutschland fast ausschließlich als Rauschgift eingestufte Cannabis kann seit März in bestimmten Ausnahmesituationen als Arzneimittel verordnet werden, wenn andere Arzneimittel nicht wirksam waren oder nicht vertragen wurden. Die dadurch neu entfachte Diskussion um eine Legalisierung als Genussmittel ist aus Apothekersicht jedoch deutlich vom Einsatz als Arzneimittel zu trennen.

Weil Grundlagenforschungen und anekdotenhafte Berichte zu Cannabis sich mit der schier endlosen Zahl möglicher Einsatzgebiete gegenseitig überbieten, gibt es ein breites Interesse von Patienten mit den unterschiedlichsten Erkrankungen. Bei nüchterner Betrachtungsweise gibt es jedoch (noch) keine Untersuchungen, in denen Cannabis besser wäre als verfügbare Therapien, im Gegenteil gibt es für die meisten Einsatzgebiete überhaupt keine verlässlichen bzw. nur sehr vage Hinweise aus Studien. Daher kann Patienten und ihren Ärzten nur geraten werden, keine überzogenen Erwartungen an den therapeutischen Stellenwert aufzubauen. Bei einem Therapieversuch sind cannabisbasierte Fertigarzneimittel oder Rezepturen (mit Dronabinol) aus pharmazeutischer Sicht einer Verwendung von „Gras“ zu therapeutischen Zwecken vorzuziehen.

Durch die Gesetzesänderung gibt es nun teilweise eine Wahrnehmungsänderung von Cannabis, das nicht mehr nur verurteiltes Rauschgift oder heimlich genossene Sünde, sondern unter bestimmten Voraussetzungen auch ein Heilmittel sein kann.

Seit Anfang des Jahres gibt es in deutschen Apotheken für bestimmte Patienten Cannabis als Arzneimittel auf Rezept. Weil das Interesse an diesem Thema derzeit sehr groß ist, hielt Dr. Christian Fehske am 22.6. zunächst einen Vortrag im Sparkassen-Karree vor Patienten und knapp eine Woche später eine Fachfortbildung vor Hagerer Ärzten aus dem Palliativ-Netz. Die wichtigsten Inhalte geben wir Ihnen nun auch in unserer Gesundheitszeitung zu lesen.

Hintergründe zu Cannabis

Hanf (Cannabis sativa L.) gilt als eine der ältesten Kulturpflanzen der Menschheit und wurde als Nutzpflanze (Hanffasern: Segeltuch, Papier, Seile), aber auch als Nahrungsmittel (auch heute noch: Hanf-Samen) verwendet. Bestimmte Hanf-Sorten enthalten psychoaktive Inhaltsstoffe, am wichtigsten sind Delta-9-Tetrahydrocannabinol (THC) und Cannabidiol (CBD), die erst durch Hitze aktiviert werden müssen. THC hat sowohl berauschende als auch medizinische Wirkungen (u.a. schmerzlindernde). Um die berauschende Wirkung zu erzeugen, werden entweder das getrocknete Harz der Cannabispflanze („Haschisch“) oder die getrockneten weiblichen Blüten („Marihuana“) verwendet, häufig als Inhalation mit Tabak („Joint“) oder in einer Wasserpfeife, aber auch in Butter gerührt oder in Keksen verbacken.

Warum ist Cannabis ein Rauschgift?

Berauschende Substanzen sind seit Anbeginn der Menschheit überall auf der Welt bekannt, der Umgang mit ihnen ist jedoch stark vom jeweiligen kulturellen Hintergrund abhängig. In Europa gelten beispielsweise Alkohol und Nikotin trotz unbestrittener Abhängigkeitspotenziale als gesellschaftlich weitgehend akzeptiert, während Cannabis zusammen mit Substanzen wie Opium, Kokain und Morphin seit den internationalen Opium-Konferenzen (1912 und 1925) als Betäubungsmittel eingestuft wird. In jüngerer Vergangenheit haben allerdings einige Länder wie die Niederlande und einige Bundesstaaten der USA begonnen, Verbote zu lockern und Cannabis sowohl zu medizinischen als auch zu Genusszwecken zu legalisieren. Cannabis kann jedoch