

3 | 3.2024

Schweizerischer
Apothekerverband



pharmaJournal

Schweizer Apothekezeitung | Journal Suisse de Pharmacie |

Giornale Svizzero di Farmacia

Bern, 22.03.2024, 162. Jahrgang

Serie «Changemaker»

Zwei Apothekerinnen und eine Gynäkologin sind Podcast-Stars

E-Rezept Schweiz

Stand der Dinge

Spitex

Apotheken können Organisationen beim Medikationsprozess unterstützen

Qualitätsverträge

Spitäler und Kliniken ebnen den Weg

pharmActuel Tagung 2023

Pädiatrie in der Apotheke

Antiepileptika

Darf die Substitution trotz des Selbstbezahls von 40% verweigert werden?

Medikamentenmarkt 2023

Preissenkungen schmälern das Wachstum um 2,7%

Kampagnen

pharmacieplus feiert das 30-Jahr-Jubiläum auf den Strassen





Fokus

- 4 pharmActual Tagung 2023: Pädiatrie in der Apotheke



Medikationsfehler treten bei Kindern 5- bis 10-mal häufiger auf als bei Erwachsenen. Eine gute Triage und Rezeptvalidierung in der Apotheke tragen daher entscheidend zur Sicherheit von Therapien bei Kindern bei.
© Adobestock/Kadmy

Politik und Wirtschaft

- 12 E-Rezept Schweiz: Stand der Dinge
14 Medikamentenmarkt 2023: Preissenkungen schmälern Wachstum um 2,7%
16 Qualitätsverträge: Spitäler und Kliniken ebnen den Weg



Ende Januar 2024 haben H+, santésuisse und curafutura den überarbeiteten Qualitätsvertrag für Spitäler und Kliniken beim Bundesrat eingereicht. Dieser Durchbruch ermöglicht eine Wiederaufnahme der Gespräche zwischen pharmaSuisse und den Krankenversicherern nach einer einjährigen Verhandlungspause.
© Adobestock/sudok1

Dienstleistungen

- 18 SPOT^{nat} Studie: Apotheken können Spitex-Organisationen beim Medikationsprozess unterstützen



Das Institut für Pflegewissenschaft der Universität Basel hat mit SPOT^{nat} eine nationale Querschnittstudie zur Koordination und Qualität bei Spitex-Organisationen durchgeführt. Fragen zum Medikationsprozess zeigen Organisationslücken und Kommunikationsprobleme hinsichtlich Medikation beim Spitalaustritt auf.
© Adobestock/Halfpoint

Kampagnen

- 22 Gruppierungen: pharmacieplus feiert das 30-Jahr-Jubiläum auf den Strassen

Bildung

- 24 Berufsprüfung Pharma-Betriebsassistentin/Pharma-Betriebsassistent FA: Warum ist eine Totalrevision nötig?

Verband

- 26 FAQ: Darf die Substitution von Antiepileptika trotz des geltenden Selbstbehalts von 40% verweigert werden?

Aktuelles

- 28 Serie «Changemaker»:
Zwei Apothekerinnen,
eine Frauenärztin und
ein Podcast für die Frauen

Im Podcast «Villa Margarita» wollen die Apothekerinnen Jeannine Kohl (unten) und Priska Christen (oben) und die Gynäkologin Anja Wüest (in der Mitte) ihr Wissen als Fachfrauen, aber auch ihre eigene Lebenserfahrung teilen.

© Villa Margarita



- 31 Mitteilungen



Serie «Changemaker»

Zwei Apothekerinnen, eine Frauenärztin und ein Podcast für die Frauen

Von links nach rechts: Jeannine Kohl (Apothekerin), Priska Christen (Apothekerin) und Anja Wüest (Gynäkologin).

Thomas Uhland

In der Villa Margarita sind Frauen willkommen. Priska Christen, Jeannine Kohl und Anja Wüest veröffentlichen unter diesem Namen regelmässig Podcasts rund um Frauengesundheit, gewürzt mit viel Fachwissen und einer ordentlichen Prise Humor.

Eine Mansarde in der Berner Altstadt, durch das schmale Fenster geht der Blick auf die Kramgasse. In der Ecke liegen Schalldämpfer, auf dem Teppich in der Mitte des Raumes steht ein Tisch mit vier Stühlen, auf dem Tisch drei Profi-Mikrophone. Hier schlägt das Herz der Villa Margarita. Einer Villa, die allein den Frauen gehört. Einer Villa, die allerdings

nur virtuell existiert – jedenfalls fast. An dem Tisch entstehen die Podcasts, die mittlerweile zu den gefragtesten der Schweiz im Bereich Medizin und Gesundheit gehören.

Die Apothekerin Priska Christen und die Gynäkologin Anja Wüest haben sich am Gymnasium in Bern kennengelernt. Dort ist eine Freundschaft gewachsen – und die Idee eines Hauses, in dem sich alles um die Bedürfnisse von Frauen dreht: um ihr Wohlbefinden, ihre Bedürfnisse, ihre körperliche und geistige Gesundheit. «Ein Ort, an dem Frauen bekommen, was sie für ein gutes Leben brauchen», erklärt Priska Christen. Die Idee der Villa Margarita war geboren. Später stiess die Luzerner Apothekerin Jeannine Kohl dazu und trug die Idee mit.

Eine Vision wird Wirklichkeit

Vorerst blieb die Idee ein Traum. Doch dann kam Corona und damit die Frage: Was will man im Leben noch erreichen? «Wir dachten: Eigentlich schade, wenn die Villa Margarita ein Traum bleibt», erinnert sich Priska Christen. Zugleich hörten sie, dass Podcasts boomen und dass man diese auch im Lockdown verwirklichen kann. «Also haben wir einfach mal losgelegt – ohne Know-how im Bereich Podcast und als technische Banausen.»

Im Podcast sollten Fragen aufgegriffen werden, welche den drei Macherinnen, heute zwischen 44 und 47 Jahre alt, in der Apotheke und der Gynäkologie-Praxis begegnen. Sie wollten ihr Wissen als Fachfrauen, aber auch ihre eigene Lebenserfahrung teilen. Die Gespräche sollten of-



fen sein, Tabus sollte es keine geben. Und schliesslich sollten die Podcasts Spass machen, und zwar sowohl ihnen selbst, wie auch den Zuhörenden – «Meditainment» in seiner besten Form.

Kleine Pannen gab es natürlich auch. So schafften sich die frischgebackenen Podcasterinnen ein Aufnahmegerät an. Später stellte sich heraus, dass dieses ein Spezialgerät war, um im Wald Vogelstimmen aufzunehmen. Doch sie liessen sich nicht entmutigen. Eines Tages sassen sie voller Zuversicht und Vorfreude um die Mikrophone und legten los mit der ersten Folge: «Dörte und ihre Eierstöcke».

Viel Humor, null Tabus

Das war am 21. Januar 2021. Auf den Tag genau drei Jahre später war Villa Margarita der meistgehörte Podcast der Schweiz.

Zwar nicht für lange, aber er gehört inzwischen regelmässig zu den meistgehörten medizinischen Podcasts im Land. Im vergangenen Jahr war die Villa für den Swiss Podcast Award nominiert. Jeden Monat kommt eine neue Folge heraus. «Periodisch», wie Priska Christen doppeldeutig sagt. In den Gesprächen von 30 bis 45 Minuten Länge besprechen die drei Frauen Sugar Heidis süsse Gedanken, Lydia Chlamydias Sexleben oder die Energiekrise von Testo Theres. Stets mit jeder Menge Fachwissen und Praxistipps, mit munteren Gesprächen, viel Humor und null Tabus.

Bei aller Lockerheit geht es um teils komplizierte Vorgänge im weiblichen Körper. Dies setzt bisweilen etwas Vorwissen voraus. Doch das Trio ist sich einig: Viele Frauen sind heute gut informiert und wissen gut Bescheid, wie ihr Körper funktioniert. «Doch beim Arztbesuch fehlt oft die Zeit, um über Themen vertieft zu spre-

chen», meint Jeannine Kohl. Dabei sei dies gerade in diesem Bereich besonders wichtig. Der Weg zu einer Hormontherapie etwa dauere oft Jahre. Um da durchzuhalten, sei das Verständnis der medizinischen Zusammenhänge zentral.

Dass die Beiträge trotz hohen Ansprüchen von vielen Frauen gehört werden, führen sie auf zwei Faktoren zurück: auf die konkreten Fallbeispiele, die eine Identifikation ermöglichen, und auf die Entscheidung, die Gespräche in Mundart zu führen.

Nicht zuletzt werden die Gespräche auch von Fachpersonen – etwa Ärztinnen oder Apothekern – gern und regelmässig gehört. Für sie sind die Podcasts der drei Fachfrauen eine gute Gelegenheit, um Wissenslücken zu füllen. Zugleich sind sich die Frauen bewusst: Es ist nicht möglich, ein Thema in der kurzen Zeit eines Podcasts abschliessend zu umreissen; Lücken bleiben.

Anzeige

Flector® Dolo Forte



Die kleine entzündungshemmende und schmerzstillende Weichkapsel.

www.flector.swiss

Literatur:
1. Hawkey et al. Endoscopic evaluation of the gastro-duodenal tolerance of short-term analgesic treatment with 25 mg diclofenac-K liquid capsules. Aliment Pharmacol Ther. 2012 Apr; 35(7): 819-27. 2. Jones WJ et al. Softgels: consumer perceptions and market impact relative to other oral dosage forms. Adv Ther. Sep-Oct 2000; 17(5): 213-21. Fachpersonen können die Referenzen bei IBSA anfordern.

Z: diclofenacum epolaminum (Liquid Caps Dolo 12,5 mg und Liquid Caps Dolo Forte 25 mg). Liste D. I: Rückenschmerzen, Schmerzen im Bereich von Gelenken und Bändern, Schmerzen bei Verletzungen, Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Menstruationsschmerzen, Fibrosen bei grippalen Erkrankungen. D: 1 - 3 Kapseln pro Tag bis maximal 75 mg pro Tag. KI: Ulcus pepticum, bekannte Überempfindlichkeit gegenüber dem Wirkstoff; Schwangerschaft 3. Trimenon, Allergie gegenüber NSAR, schwere Herz- Leber- oder Niereninsuffizienz, postoperative Schmerzen nach koronarem Bypass, Kinder unter 14 Jahren. UW: Übelkeit, Erbrechen, Dyspepsie, Kopfschmerzen, Schwindel, Hautausschlag. IA: Lithium, Digoxin, Phenytoin, Antikoagulantien, Diuretika, SSRI, Methotrexat, Chinolone, CYP2C9-Inhibitoren, Cyclosporin. P: Verpackungen mit Weichkapseln zu 10 Stück (25 mg) und 20 Stück (12,5 mg). Ausführlichere Informationen siehe www.swissmedinfo.ch

Enthält Diclofenac-Epolamin in flüssiger Form.

- Weniger Magen-Darm-Läsionen, dank niedriger Dosierung.¹
- Angenehme Einnahme, dank der kleinen Kapselgrösse.²
- Besonders geeignet für Patienten mit Schluckbeschwerden.
- Hergestellt mit dem patentierten PearlTec®-Verfahren von IBSA.

02/2024



IBSA Institut Biochimique SA, Swiss Business Operations, Via Pian Scairolo 49, CH-6912 Lugano-Pazzallo, www.ibsa.swiss



Caring Innovation

Das sagt die Gynäkologin



© Villa Margarita

Anja Wüest: «Wir haben wunderbare Berufe, sowohl die Apothekerinnen wie auch ich als Frauenärztin. In unserem langen Studium und in all den Berufsjahren haben wir uns grosses Wissen angeeignet. Mir gefällt der Gedanke, dieses Wissen in einer kreativen Form in die Welt hinauszutragen. Es freut mich riesig, dass wir unsere Idee von einst in dieser Form umsetzen können. Viele Frauen schieben Tabuthemen vor sich her, und leiden während vieler Jahre still und mit abnehmender Lebensqualität. Das ist schade, mit unseren Podcasts wollen wir dies ändern.»

Erstmals ein Mann in der Villa Margarita

Gemeinsam ist den Themen, dass sie Frauen betreffen. Allerdings nicht immer ausschliesslich, bisweilen lohnt sich das Hineinhören auch für Männer. Und in einer der nächsten Folgen wartet ein Novum: Erstmals, nach all den Heidis, Lydias und Thereses, ist ein Mann zu Gast in der Frauenrunde. Doch auch dies mit Bezug zu den Frauen: Die Folge dreht sich um das Thema «Kinderwunsch», und dazu braucht es bekanntlich eine männliche Beteiligung.

Thematisiert werden Fragen, die Patientinnen in der Praxis oder Kundinnen in der Apotheke stellen, oder auch solche, die aktuell diskutiert werden. Wie etwa die Sache mit dem Testosteron, das in letzter Zeit in vielen Zeitschriften behandelt wurde. Oder das Thema Kollagen, über das allerlei Halb- und Unwahrheiten kursieren. In einem Fall hat sich der Verein Lichen Sclerosus, der Betroffene dieser Krankheit berät, mit der Anfrage für einen Podcast an die Villa Margarita gewandt. Am meisten gehört aber wurden Folgen, die Hormone oder die Fruchtbarkeit thematisierten.

Aktuell wird im Bereich Frauengesundheit viel geforscht, da es einigen Nachholbedarf gibt. Bis vor kurzer Zeit war sich die Forschung kaum bewusst, dass Medikamente auf Frauen und Männer unterschiedlich wirken. Man ging davon aus, dass ein Heilmittel, das sich bei jungen Männern bewährt, sich automatisch auch für Frauen eignet. Hier schliesst die Villa Margarita eine Lücke, indem sie Gesundheitsthemen spezifisch von der Frauenseite betrachtet.

Wissen vermitteln ergibt Sinn

Die Rückmeldungen der Hörerinnen bestätigen das Konzept. Viele Frauen melden sich bei der Villa Margarita und sagen: Ihr habt mir aus dem Herzen gesprochen, genauso geht es mir! So denken immer noch viele Frauen, Wechseljahrsbeschwerden gehörten halt dazu, und lassen sich in ihrer Lebensqualität einschränken. Dank der Podcasts merken sie, dass es auch anders geht, dass Leistungsfähigkeit und Lebensqualität mit

dem nötigen Wissen erhalten werden können.

Für Priska Christen ist es erfüllend, einen Podcast zur Frauengesundheit zu machen: «Ich spüre, dass wir eine Lücke füllen. Es ist mir in den letzten Jahren immer wichtiger geworden, eine sinnvolle Arbeit zu machen. Mein Wissen auf kreative Weise weiterzugeben – für mich gibt es nichts Sinnvolleres.» Und Jeannine Kohl findet es «schön, wenn ein Thema etwas breiter und abgerundeter behandelt werden kann als in ein paar Minuten an der Ladentheke oder im Beratungsgespräch.»

Die Villa Margarita lebt vom Feuer und dem Engagement ihrer Bewohnerinnen. Vom Konzept bis zum Aufschalten auf der Homepage machen die Frauen alles selber; sogar die professionelle Website hat Priska Christen selbst gestaltet. Nur die technische Bearbeitung der Aufnahmen übernimmt ein Freund. Grosse Einnahmen generieren die Macherinnen mit den Podcasts nicht. Sie haben sich bewusst gegen Sponsoring im Podcast und für die Unabhängigkeit entschieden. Einkünfte erwirtschaften sie vor allem mit Live-Anlässen, Vorträgen und Webinaren.

Sorgt denn die Villa Margarita zumindest für mehr Umsatz in der Apotheke? Jeannine Kohl schüttelt den Kopf. «Es ist nicht so, dass mir die Leute die Apotheke stürmen. Die Villa Margarita ist in erster Linie ein Herzens- und Freundinnenprojekt.» Ein kleines bisschen Eitelkeit ist wohl auch dabei. «An der pharmaDavos habe ich mit Stolz festgestellt: Man kennt mich nicht nur als Inhaberin einer Apotheke, sondern auch als die Apothekerin im Podcast. Viele sind auf mich zugekommen, weil sie meine Stimme erkannt haben.» ■

Das ist geplant

In den nächsten Podcasts nimmt sich die Villa Margarita in zwei Folgen des Themas Fruchtbarkeit und Schwangerschaft an. Künftig sollen auch Männer zum Zug kommen – aber stets mit Themen, die einen Bezug zu Frauen haben.

Im kommenden Spätsommer ist die Villa Margarita auf Tournee. An drei Abenden im August und September in Hochdorf, Bern und Zürich gibt es einen Live-Podcast zum Thema «Durchstarten in den Wechseljahren».

Im November sind die drei Frauen in einer «richtigen» Villa anzutreffen. Einen Tag lang stehen die Wechseljahre im Zentrum, mit separaten Fortbildungsangeboten für Apothekerinnen und Apotheker, für Ärztinnen und Ärzte sowie für Privatpersonen. In einem Speed-Dating erhalten die Teilnehmenden Gelegenheit, fünf Minuten mit einer Fachperson über ein Thema zu sprechen, das ihnen unter den Nägeln brennt. Für den Anlass werden FPH-Punkte beantragt.

Zukunftsmusik ist ein gedrucktes Magazin, welches die Podcasterinnen planen. Es soll die Frauen, zusammen mit dem Podcast, darin unterstützen, ihren eigenen Körper besser kennenzulernen.

Mehr Infos auf www.villamargarita.swiss

