



PULSMESSER

Newsletter Aargauischer Apothekerverband

Nr. 35

Editorial von Lukas Korner
Präsident Aargauischer Apothekerverband Seite 2

Die Apotheken als zentrale Akteure in
der Darmkrebsvorsorge Seite 3

eRezept: Ein Interview mit Prof. Dr. Sang-Il
Kim, Fachexperte Medizininformatik und
Dozent an der Berner Fachhochschule Seite 5

Selbstgemachter Advents-Punsch-Sirup Seite 6



Editorial



Lukas Korner
Präsident Aargauischer
Apothekerverband

Liebe Leserin, lieber Leser

Covid-19 hat die Berichterstattung im Gesundheitsbereich während knapp zwei Jahren dominiert. Deshalb rücken wir in der Winterausgabe des Pulsmessers ein paar andere Themen in den Vordergrund, die unser Gesundheitswesen bewegen.

Zum einen möchten wir unserer Gesundheitskampagne Darm-Stark nochmals eine Plattform geben: Vom 16. bis 20. September 2022 veranstaltete der Aargauische Apothekerverband in Zusammenarbeit mit allen Aargauer Apotheken an vier Standorten eine kostenlos zugängliche, interaktive Ausstellung. Ziel war es, einen Beitrag zur Steigerung des Bewusstseins für die Darmgesundheit zu leisten und generell den Darm in den Mittelpunkt zu stellen. Die vielen Besucherinnen und Besucher – darunter zahlreiche Schulklassen – sowie die durchwegs positiven Rückmeldungen zeigen, dass uns dies gelungen ist.

Zum anderen thematisieren wir die fortschreitende Digitalisierung, von der wir uns Effizienzgewinne und eine verbesserte Behandlungsqualität versprechen. Über die Risiken und Nebenwirkungen dieses Prozesses haben wir uns mit dem Digitalisierungsexperten Prof. Dr. Sang-Il Kim unterhalten, der uns die Thematik am Beispiel des elektronischen Rezepts näherbringt. Wir wissen aber alle: In der Digitalisierung im Gesundheitswesen steckt noch viel Potential.

Ein ganz klassisches Rezept gibt es dann auf der letzten Seite – nämlich für einen schmackhaften Advents-Punsch-Sirup.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre und natürlich eine schöne, entspannte und fröhliche Adventszeit.

Lukas Korner
Präsident AAV



Die Apotheken als zentrale Akteure in der Darmkrebsvorsorge

Über den Darm spricht man ungern und selten – völlig zu Unrecht, denn er ist ein hochkomplexes Organ voller Sensibilität und Leistungsbereitschaft. Regelmässige Vorsorgeuntersuchungen sind ein absolutes Muss: sie senken das Risiko an Darmkrebs zu erkranken in erheblichem Mass. Mit einer Gesundheitskampagne an vier Ausstellungsstandorten sowie in den Apotheken gelang es dem Aargauischen Apothekerverband, einen Beitrag zur Steigerung des Bewusstseins für die Darmgesundheit zu leisten und zur Enttabuisierung des Darms beizutragen.

Unter dem Titel «Darm-Stark» veranstaltete der Aargauische Apothekerverband (AAV) vom 16. bis 20. September 2022 in Zusammenarbeit mit allen Aargauer Apotheken eine Kampagne zum Thema Darmgesundheit. An den vier Standorten Aarau, Baden, Bremgarten und Rheinfelden fand eine kostenlos zugängliche, interaktive Ausstellung inkl. begehbarem Darmmodell statt. In weiten Teilen der Gesellschaft völlig unbewusst ist der Darm weit mehr als bloss ein Abflussschlauch aus dem Körper. Ziel der Kampagne war, zur Enttabuisierung des Darms beitragen und ihn als hochkomplexes, leistungsfähiges und sensibles Organ in den Vorder-

grund stellen. Die Kampagne ist auch der Startschuss zum neuen Darmkrebsvorsorge-Angebot, das die Aargauer Apotheken lanciert haben.

Begehbare Darmmodell

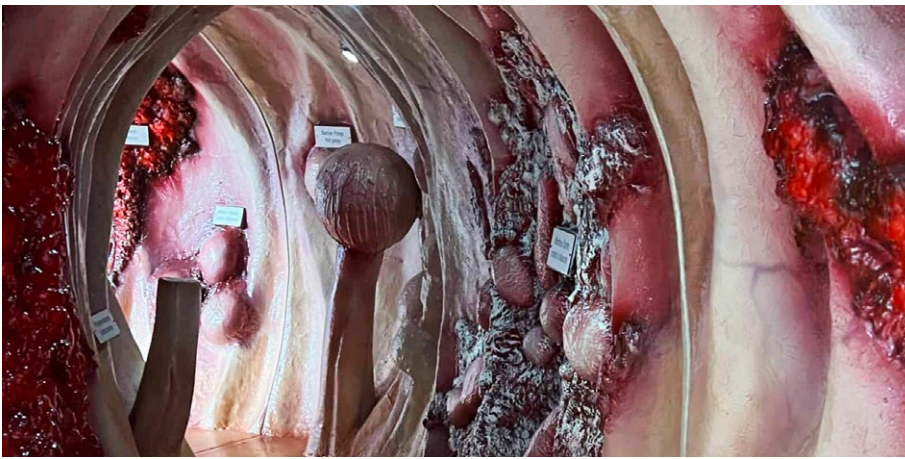
Zahlreiche interessierte Schulklassen sowie Besucherinnen und Besucher folgten den informativen Darm-Trails, die in jeder Stadt vom Bahnhof zum jeweiligen Ausstellungsstandort führten. Highlight der Ausstellung war ganz klar das begehbare Darmmodell: Die Durchquerung der über-grossen Nachbildung bot die einzigartige Möglichkeit, sich über die verschiedenen Entwicklungsstufen von Darmkrebs sowie

dessen Früherkennung zu informieren. Das sieben Meter lange Modell zeigte auf, wie ein gesunder Darm aussieht, wie sich verschiedene Arten von Polypen bilden und wie sich diese zu einem bösartigen Tumor verändern können.

Auch der Faktentisch wurde rege genutzt, Hier wurde den Besucherinnen und Besuchern aufgezeigt, was der Darm alles leistet und wie wichtig dieses Organ ist.

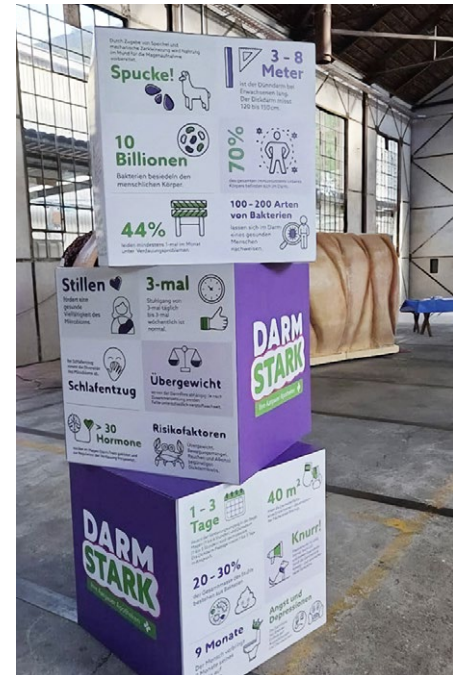
Darmkrebsvorsorge – eine wichtige Dienstleistung

Regelmässige Vorsorgeuntersuchungen senken das Risiko, an Darmkrebs zu er-



Die Darmkrebsvorsorge ist einfach, schnell und ohne Terminabsprache möglich – in der Apotheke!

Für alle gesunden Personen ab 50 Jahren wird eine Vorsorgeberatung zum Thema Darmkrebs empfohlen. Ein wichtiges Anzeichen für eine Dickdarmkrebs-Erkrankung ist Blut im Stuhl – von blossen Auge nicht erkennbar. Mit einem Test kann der Stuhl auf dieses Blut getestet werden. Der Test kann in der Apotheke erworben, zuhause selbständig und völlig schmerzfrei durchgeführt und anschliessend direkt ins Labor eingeschickt werden. Die Apotheke erhält ungefähr nach zwei Wochen das Resultat. Dieses wird in einem diskreten Beratungsgespräch mit der Patientin oder dem Patienten besprochen.



kranken. Rechtzeitig entdeckt, sind die Heilungschancen bei Darmkrebs sehr hoch. In Kooperation mit spezialisierten Analytiklabors bieten die Apotheken diese wichtige und unkomplizierte Dienstleistung kostengünstig an – sowohl während der DarmStarkKampagne wie auch

langfristig. Fast die Hälfte aller Schweizer Kantone unterstützen bereits Programme der Darmkrebsfrüherkennung. «Der Aufwand der Vorbereitungen an vier Standorten sowie in einzelnen Apotheken hat sich gelohnt», zieht AAV-Präsident

Lukas Korner Fazit, «überall konnten wir zahlreiche Besucherinnen und Besucher begeistern, für die Darmgesundheit sensibilisieren und dem Darm die Plattform geben, die er als hochkomplexes und leistungsstarkes Organ verdient.»

«Mit dem eRezept verfolgen wir das Ziel, eine nationale Lösung in der Breite zu schaffen.»

Ein Interview mit Prof. Dr. Sang-Il Kim, Fachexperte Medizininformatik und Professor an der Berner Fachhochschule

Ein sicheres und einfach anwendbares elektronisches Rezept (eRezept) kann in Zukunft einen grossen Mehrwert für Patientinnen und Patienten sowie für Leistungsbringer schaffen. pharmaSuisse und die FMH engagieren sich daher gemeinsam für die Einführung eines schweizweiten eRezepts. Dieses soll über einen QR-Code funktionieren, welcher in den Apotheken in der ganzen Schweiz eingelesen werden kann. Wir haben im Interview mit Prof. Dr. Sang-Il Kim, Fachexperte Medizininformatik, über die Vorteile sowie die potenziellen Risiken des eRezepts gesprochen.

Wo sehen Sie die grössten Vorteile des eRezepts?

Die Vorteile des eRezepts entfalten sich entlang des gesamten Prozesses. Dieser beginnt bei den Ärztinnen und Ärzten, für welche die Erstellung eines Rezepts einfacher und komfortabler wird, und endet bei den Fachkräften in den Apotheken, die von kleinen Prozessverbesserungen und Zeiterparnissen profitieren können. So bietet ihnen das eRezept beispielsweise eine schnellere und komplettere Übersicht über die vom Patienten bezogenen Medikamente und mögliche Neben- und Wechselwirkungen.

Die grössten Vorteile sehen wir aber bei den Patientinnen und Patienten. Diese haben durch das eRezept nun mehrere Möglichkeiten, ihr Rezept einzulösen. Sie können es digital direkt an ihre Wunschapotheke schicken und sich die Medikamente nach Hause liefern oder auf die Seite legen lassen, um sie anschliessend persönlich abzuholen. Natürlich besteht nach wie vor die Möglichkeit, das Rezept vor Ort in den Apotheken einzulösen.

Im Weiteren wird die Gefahr eines Verlustes des Rezepts geringer, da das Rezept nun in digitaler Form und nicht ausschliesslich auf Papier vorhanden ist. Dadurch sinkt auch die Missbrauchsgefahr, denn der QR-Code kann nur einmal eingelöst werden. Somit kann verhindert werden, dass Medikamente mehrfach bezogen werden. Weitere Vorteile entstehen durch die

verbesserte Lesbarkeit des elektronischen Rezepts. Falsche Dosierungen oder Fehlinterpretationen von Medikamentenangaben aufgrund von schlecht lesbaren Handschriften können mit dem eRezept umgangen werden.

Was bedeutet die Einführung des eRezepts konkret für Apotheken?

Der grösste Unterschied für die Apotheken liegt in der alltäglichen Handhabung von Rezepten. Es wird nach und nach weniger Rezepte in Papierform geben. Stattdessen werden sie die Patienteninformationen elektronisch erhalten oder über den QR-Code einscannen. Obwohl ihr eigener Nutzen möglicherweise geringer ausfällt, sind die Apotheken zentral für die Umsetzung des eRezepts. Ohne die Motivation der Apotheken, beim eRezept mitzumachen, kann die Lösung nicht schweizweit eingeführt werden. Die Apotheken sollten das eRezept also vor allem als Dienstleistung gegenüber ihren Kundinnen und Kunden sehen.

Inwiefern birgt das eRezept Risiken in Bezug auf den Datenschutz?

Das grösste Gefahrenpotenzial in diesem Bereich liegt nicht in der Technik, sondern beim Menschen. Aus technischer Perspektive muss das eRezept zahlreiche Qualitäts- und Sicherheitsstandards erfüllen. pharmaSuisse und die FMH können jedoch nicht dafür garantieren, was mit dem eRezept geschieht, nachdem es von der Arztpraxis ausgestellt wurde. Die Patientinnen und Patienten entscheiden selbst darüber,



Prof. Dr. Sang-Il Kim,
Fachexperte Medizininformatik und
Dozent an der Berner Fachhochschule

mit welcher Applikation sie das eRezept öffnen bzw. einscannen und an eine Apotheke oder ihre Angehörigen weiterleiten. Somit liegt die Verantwortung für einen sicheren Umgang mit den Daten beim Applikationen-Entwickler sowie bei den Anwenderinnen und Anwendern.

Wie können Apotheken dazu beitragen, diese Risiken zu vermindern?

Momentan herrscht noch viel Unsicherheit rund um das Thema eRezept, sowohl bei den Apotheken selbst wie auch bei den Patientinnen und Patienten. Es braucht daher von unserer Seite und vonseiten der Apotheken eine klare und transparente Kommunikation. Die Patientinnen und Patienten müssen über das eRezept sowie über seine Vorteile und die potenziellen Risiken informiert werden. Durch Handlungsempfehlungen zum Umgang mit dem eRezept und Hinweisen zu den Datenschutzrichtlinien der verschiedenen Applikationen können Unsicherheiten und dadurch entstehende Risiken aufseiten der Patientinnen und Patienten verringert werden.

Das eRezept sollte schlussendlich keine Top-down-Lösung, sondern einen Bottom-up-Bewegung sein, deren Ziel darin liegt, die Patientensicherheit zu erhöhen und den Startpunkt für eine bessere Digitalisierung von Medikationsdaten zu setzen.

Typische Weihnachtsgewürze – exotisch, lecker und gesund!

Viele unserer traditionellen Weihnachtsgewürze haben durchaus auch eine pharmazeutische Wirkung: Vanille zum Beispiel wirkt entspannend und stimmungsaufhellend. Ingwer und Kardamom helfen bei Verdauungsbeschwerden, und ein Wirkstoff aus der Gewürznelke wird in der Zahnmedizin eingesetzt.

Einen festen Platz in der Weihnachtsbäckerei und -küche haben diese Gewürze aber vor allem dank ihres feinen Geschmacks und Geruchs, die uns weihnächtlich stimmen und Erinnerungen aufkommen lassen.

Selbstgemachter Advents-Punsch-Sirup

150 g Zucker in **4,5 dl Wasser** zu einem klaren Sirup aufkochen.

½ Vanilleschote (oder Extrakt) und **einige Scheiben Ingwer** dazugeben.

2 kleine Zimtstangen, **ca. 10 Kardamomkapseln**, **einige Pfefferkörner**, **wenige Gewürznelken** und **1 Sternanis** dazugeben.

10–15 Minuten köcheln lassen.

4 KL Schwarztee (oder 3–4 Beutel) dazugeben, 10 Minuten ziehen lassen und sofort absieben.

Heiss in Flaschen abfüllen und auskühlen lassen.

Der Sirup kann in heissem Wasser, heisser Milch oder als Zugabe zu Kaffeespezialitäten genossen werden.

Punsch-Sirup dicht verschlossen im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von ca. 2 Monaten verwenden.

Die Aargauer Apotheken wünschen Ihnen eine wunderschöne Adventszeit.



Impressum

Aargauischer Apothekerverband (AAV),
www.apotheken-aargau.ch
Auflage: 2500
Druck: Druckerei Nüssli, Mellingen
Die nächste Ausgabe erscheint im
Frühling 2023