

Inhalt

Packungsbeilage	13
1 Eine Tablette geht auf die Reise	17
Tablettenschlucken für Dummies oder:	
Warum schlucken Jasager leichter?	19
<i>Der Nick-Trick und die Plastikflasche</i>	19
<i>Medikamente, Mysterien, Mumpitz</i>	23
Tabletten teilen oder: Was der Pharmazeut zusammengefügt hat, soll der Patient nicht trennen	25
<i>Aus einer mach viele: Tabletten teilen ist trendy</i>	25
<i>Bruchrechnen geht nicht immer auf!</i>	26
<i>How to: Tabletten teilen wie ein Profi</i>	29
Der Feind in meiner Küche oder:	
Womit spüle ich die Tablette hinunter?	32
<i>Die Natur ist großzügig</i>	32
<i>Die Milch macht's</i>	33
<i>But first ... no coffee!</i>	35
<i>Hände weg von der Grapefruit</i>	37
<i>Mit Superfood schneller ins Grab?</i>	40
<i>Kein Gläschen in Ehren</i>	41
Beipackzettel verstehen: Wann genau nach dem Essen ist eigentlich schon wieder vor dem Essen?	43
<i>Der kleine Beipackzettel-Übersetzer</i>	43
Wann genau nach dem Essen ist wieder vor dem Essen?	44
2 Wie wirken Arzneimittel, und wenn ja, warum?	47
Es geht abwärts, steigen Sie ein!	49

<i>Woher weiß die Schmerztablette, dass sie im Kopf wirken soll?</i>	49
<i>Die Invasion der Moleküle</i>	51
<i>Du kommst hier nicht rein! Der Türsteher an der Leber</i>	56
<i>Bioverfügbarkeit: Jedes Prozent zählt</i>	57
<i>Viele Wege führen zum Ziel</i>	59
How to: Transdermale Therapeutische Systeme richtig anwenden	63
Ziel erreicht: Was macht die Wirkung aus? <i>Wie wirken Arzneistoffe am Zielort?</i>	66
<i>Das Rezeptor-Liganden-Modell</i>	66
<i>Keine Wirkung ohne Nebenwirkung?</i>	69
<i>Wie wirken Schmerzmittel?</i>	73
Beipackzettel verstehen: Nebenwirkungen <i>Jede Wirkung hat ihre Begleiter</i>	78
<i>Keine Panik: Nur Häufiges ist häufig, Seltenes ist selten</i>	81
Chrono-Pharmakologie: Woher weiß meine Tablette, wie spät es ist?	82
<i>Nobelpreis-gekrönt: Die innere Uhr</i>	82
<i>Therapie im Takt: Wann welches Arzneimittel?</i>	87
<i>Pillen-Jetlag: Arzneimittel auf Fernreisen</i>	89
Wechselwirkungen zwischen Arzneimitteln: Mischen impossible?	92
<i>Wechselwirkungs-Wirrwarr</i>	92
<i>Gefährliches Durcheinander: Polymedikation</i>	99
Wie wird der Körper Arzneistoffe wieder los?	101
3 Forschung und Technologie	103
Es war einmal ... Von der Idee zum Arzneistoff <i>Vom schimmeligen Brot und dem glücklichen Zufall</i>	105

<i>Welche Krankheit hätten Sie gern nicht mehr?</i>	108
<i>Gesund, männlich (ge)sucht ... Phase I:</i>	
<i>Die klinische Bewährungsprobe</i>	110
<i>Phase II und III: Patient probiert Pille</i>	110
<i>Zeit für die Zulassung!</i>	111
Kleider machen Leute – das gilt auch für Tabletten	113
<i>Warum gibt es so viele</i>	
<i>unterschiedliche Darreichungsformen?</i>	113
<i>MfG, Ihre KMP!</i>	116
<i>Wenn es mal länger dauern soll</i>	118
Vom Pulver zur Tablette oder:	
Pillendrehen für Anfänger	121
<i>Alles Zucker</i>	121
<i>Zukunftsmusik: Drucken statt Pressen</i>	
<i>und andere Kuriositäten</i>	124
<i>Der Strohalm, an den sich</i>	
<i>Eltern gerne klammern würden</i>	127
»Haben Sie diese Tabletten auch in vegan?« oder:	
Andere Länder, andere Pillen	129
<i>Ein Löffelchen für ...</i>	129
<i>Au Schwarte! Wofür wird Gelatine verwendet?</i>	131
<i>Laktose: Wenn es im Darm »muh« macht</i>	132
<i>Halal oder haram? Erlaubt ist, was nicht verboten ist</i>	136
4 Glauben Sie nicht alles, was Sie schlucken!	139
Pillen-Psychologie: Kann das Nichts wirken?	141
<i>Schöner Schein: Ist der Placebo-Effekt</i>	
<i>wirklich reine Kopfsache?</i>	142
<i>Wenn Hund und Herrchen sich ähneln:</i>	
<i>Placebo by Proxy</i>	145

<i>Die dunkle Seite der Macht: Der Nocebo-Effekt</i>	146
Der Name der Dose oder: Wirkt bereits	
der Name des Arzneimittels gegen Bauchweh?	148
<i>Arzneimittelnamen: Eine Wissenschaft für sich</i>	148
5 Die ultimative Hausapotheke leicht gemacht	153
Warum Arzneimittel im Badezimmer	
nichts verloren haben	155
Beipackzettel verstehen: Nicht zu warm und	
nicht zu kalt	157
<i>Was bedeuten die Packungsbeilagen-Angaben zur Lagertemperatur?</i>	157
Wie gefährlich ist es, wenn ich versehentlich	
ein verfallenes Arzneimittel geschluckt habe?	158
<i>Verfallsdatum gleich MHD?</i>	158
<i>Aufbrauchfrist: Was tun mit der geöffneten Packung?</i>	161
Wohin werden alte Medikamente entsorgt?	164
<i>Fühlt sich der Fisch im Wasser noch wohl?</i>	164
<i>Wie entsorgt man Arzneimittel korrekt?</i>	167
6 Was in die Hausapotheke gehört	169
Jedem das Seine	171
Gegen Schmerzen und Fieber	174
<i>Was hilft bei ... Kopfschmerzen?</i>	174
<i>Was hilft bei ... Rückenschmerzen?</i>	183
<i>Was hilft bei ... Fieber?</i>	185
Bei grippalen Infekten	190
<i>Was hilft bei ... Halsschmerzen?</i>	193
<i>Was hilft bei ... Schnupfen?</i>	199
<i>Was hilft bei ... Husten?</i>	209

Bei Magen- und Darmproblemen	218
<i>Was hilft bei ... Sodbrennen?</i>	218
<i>Was hilft bei ... Übelkeit und Erbrechen?</i>	226
<i>Was hilft bei ... Durchfall?</i>	233
Bei Hautproblemen	241
<i>Was hilft bei ... Insektenstichen?</i>	241
<i>Was hilft bei ... Sonnenbrand?</i>	255
<i>Was hilft bei ... Verbrennungen und Verbrühungen?</i>	259
Hausapotheken-Checkliste	263
Zu guter Letzt – statt Papiertaschentüchern:	
Worte forte!	264
Anhang	269
Sprechen Sie Pharmazeutisch? Typische Begriffe	
kurz erklärt	271
Register	283