



© Schreyer5 - iStockphoto.com

PZ REZENSIONEN

Nährwerte auf einen Blick

PZ / Viele Menschen verlieren sich im Dschungel der Ernährungstipps und -empfehlungen. Besonders chronisch Kranke brauchen Unterstützung, wenn sie ihren Speiseplan umstellen müssen. Der Ratgeber »Checkliste Nährwerte« nennt zu mehr als 1600 Lebensmitteln die wichtigsten Nährwerte. Damit bietet er Informationen, die bei der Ernährungsberatung unterstützen.

Die umfangreichen Nährwerttabellen helfen, bei Übergewicht gezielt Kalorien zu sparen oder als Diabetiker den Kohlenhydratgehalt von Lebensmitteln zu überprüfen. Darüber hinaus können Menschen mit Gicht durch die Auswahl Purin-armer Lebensmittel schmerzhafte Schübe vermeiden. Wer an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung leidet, findet über die Angabe der Fettsäureanteile zu einer Ernährung, die Herz- und Blutgefäße schützt.

Alle Werte im Tabellenteil der »Checkliste Nährwerte« beruhen auf der Originalausgabe von Beate und Professor Helmut Heseker: »Nährstoffe in Lebensmitteln – die große Energie- und Nährwerttabelle«.

Die Ratgeber der Reihe »Gesundheit mit der Apotheke« werden in Apotheken und über den Buchhandel zum Verkauf angeboten. Zuletzt sind die Titel »Pflanzliche Arzneimittel – was wirk-

lich hilft« und »Verdauung – die beste Medizin aus zwei Welten« als Erstauflagen und der Titel »Blutwerte verstehen« in überarbeiteter Auflage erschienen. Apotheken können die Bücher mit Staffelpreis direkt bei der Avoxa Mediengruppe (unter Telefon +49 61 96 928-250) oder bei ihrem Pharmagroßhändler bestellen. /



Checkliste Nährwerte. Kalorien, Cholesterin, Fette, Eiweiß, Purine, Ballaststoffe. Gesundheit mit der Apotheke.

3., komplett überarbeitete und erweiterte Auflage 2019, 112 Seiten, Buch: kartoniert, PZN 06130324, ISBN 978-3-7741-1414-2, E-Book: PDF, ISBN 978-3-7741-1415-9, jeweils EUR 11,90.

govi.de – der
Buchshop für
Pharmazeuten

VERSAND-
KOSTENFREI
INNERHALB
DEUTSCHLANDS!

Sie können auch gerne
telefonisch, per Fax oder
E-Mail bestellen:
Telefon +49 6196 928-250
Fax +49 6196 928-259
service@govi.de

AVOXA 
Mediengruppe Deutscher Apotheker

Avoxa – Mediengruppe
Deutscher Apotheker GmbH

Wer bin ich?

Ulrike Abel-Wanek / Jetzt kommen sie wieder aus den Winterquartieren, die Schmetterlinge, Käfer und Bienen. In dem gerade erschienenen Buch »Hinten und Vorn« aus dem Hanser-Verlag lernen Kinder ab 3 Jahren spielerisch die Vielfalt der Insektenwelt kennen. So lange es sie noch gibt, möchte man hinzufügen.

Wer bin ich? Ich habe vier Flügel, kann in alle Richtungen fliegen, sehe

bedrohlich aus, bin aber harmlos. Richtig: eine Libelle. In wunderbar zart gezeichneten Bildern sieht man zunächst nur das Hinterteil der Tiere. Drei kurze Sätze zum Vorlesen geben eine zusätzliche Beschreibung. Ob die kleinen Leser richtig geraten haben, sehen sie beim Umläutern auf der nächsten Seite. Ein zur Jahreszeit passendes Lese- und Ratevergnügen für die Kleinsten – Erfolgserlebnisse inklusive. /



**John Canty:
Hinten und Vorn.
Alles, was krabbelt und fliegt.**

40 Seiten, Hanser Verlag
2019, fester Einband,
ISBN 978-3-446-26208-9,
EUR 14.

Medikationsanalysen durchführen

PZ / Patientennahe Pharmazie erfordert eine Betrachtung der individuellen Medikation im Sinne einer strukturierten Medikationsanalyse. Dr. Thomas Riedl liefert mit seinem Werk einen Lösungsweg für das Erkennen von arzneimittelbezogenen Problemen. In der zweiten, überarbeiteten und erweiterten Auflage sind die Parameter für 500 weitere Arzneistoffe enthalten.

Bei der Prüfung auf Wechselwirkungen und additive Nebenwirkungen gemeinsam eingenommener Arzneistoffe müssen zahlreiche Parameter beachtet werden, darunter die Metabolisierung über CYP-Enzyme, die Wechselwirkung mit Transportproteinen, das anticholinerge Potenzial, die mögliche QT-Zeit-Verlängerung oder auch Dosisreduzierungen bei Nieren- und Leberinsuffizienz.

Diese Parameter hat der Autor für annähernd 1200 Wirkstoffe in einer Tabelle mit farblichen Symbolen dargestellt. Das Muster (Kopier-Vorlage) für ein Medikationsanalysen-Protokoll ermöglicht in der Apothekenpraxis eine

Aufbereitung der notwendigen Daten anhand der Tabelle. Mittels der Excel-Liste auf der beiliegenden CD-ROM können die Arzneistoffe selektiert und synoptisch dargestellt werden.

Mag. pharm. Dr. Thomas Riedl ist Offizinapotheker und leitet eine Apotheke in Krems/Stein, Österreich. /



Thomas Riedl: Arzneimittelbezogene Probleme erkennen und lösen.

Govi – ein Imprint der Avoxa Mediengruppe, 2., überarbeitete und erweiterte Auflage 2019, 477 Seiten, inklusive CD-ROM, kartoniert, ISBN 978-3-7741-1422-7, EUR 39,90.

Haltbarkeit der Ausgangsstoffe und Rezepturen

Die »Verwendbarkeitsfristen von Ausgangsstoffen in der Apotheke« – jetzt auch mit TCM-Drogen!

Das Buch enthält die Verwendbarkeitsfristen von über 2000 Arzneistoffen, Hilfsstoffen, Drogen und Zubereitungen, innerhalb derer sie unter Einhaltung der vorgeschriebenen Lagerung zur Herstellung von Arzneimitteln eingesetzt werden können.

Darunter sind auch Angaben zu 280 Drogen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

Außerdem werden Vorschläge zur Organisation und Dokumentation der Haltbarkeitskontrolle von Ausgangsstoffen sowie zur Ermittlung der Haltbarkeit von Rezepturarzneimitteln gemacht.



Mehr Informationen finden Sie unter www.govi.de.

merano



Erlebe
Meran

Kurverwaltung Meran
Freiheitsstr. 45 | 39012 Meran | Tel +39 0473 272000
info@meran.eu • www.meran.eu

