

## Sie fragen – Ihre Apothekerin antwortet



vive-Expertin **Elke Engels** beantwortet Leserfragen rund um Medizin, Vorsorge und Gesundheit. Die erfahrene Apothekerin ist darüber hinaus Autorin mehrerer medizinischer Ratgeberbücher.

### APHTHEN

**Auf Stress reagiere ich oft mit Entzündungen im Mund. Wie kommt das?**

*Michaela A., Frankfurt*

Die Mediziner bezeichnen solche schmerzhaften Entzündungen im Mund als Aphthen. Sehr viele Menschen sind davon immer wieder betroffen. Meist sind die Stellen etwa linsengroß und von einem roten Rand umgeben. Sie können überall im Mundraum auftreten, beispielsweise am Zahnfleisch, an der Wangeninnenseite oder auf der Zunge. Häufig dauert es bis zu 14 Tagen, bis die entzündeten Stellen wieder verschwinden. In dieser Zeit wird Essen und Trinken zur Qual. Selbst das Reden fällt schwer, da man dabei die Zunge bewegt und möglicherweise die wunden Punkte reizt. Was die genaue Ursache ist, konnte noch nicht geklärt werden. Als mögliche Auslöser diskutieren die Experten Vererbung, Nahrungsmittelallergien, Stress oder hormonelle Einflüsse. Ein geschwächtes Immunsystem kann die Entstehung der Aphthen ebenfalls begünstigen. Da die Ursachen sehr vielfältig und nicht klar zu erkennen sind, kann man sie nicht behandeln. Was bleibt, sind Mittel, die die Entzündung und damit auch die Schmerzen lindern und den Heilungsprozess beschleunigen. Sollten Aphthen immer wieder auftreten oder chronisch werden, ist ein Arztbesuch unumgänglich. Außerdem empfiehlt sich eine

Ernährungsumstellung auf etwas weniger säurehaltige Nahrungsmittel. Gegen die Schmerzen selbst helfen Mundspülungen mit heilungsfördernden und entzündungshemmenden Zusätzen. Es gibt pflanzliche und chemische Mittel, die antiseptisch wirken. Ebenfalls bewährt haben sich Tinkturen mit Rhabarberwurzelextrakten. Sie werden direkt auf die betroffenen Stellen aufgespritzt. Ganz neu ist ein Film, der ebenfalls auf die Aphthen aufgetragen wird und dadurch wie eine Art Pflaster wirkt. Der wasserfeste Film schützt die entzündeten Stellen bis zu vier Stunden lang vor äußeren Einflüssen.

### ZUZAHLUNG

**Seit ersten Juli sind manche Mittel zuzahlungsfrei. Woher weiß ich, ob meine Medikamente dabei sind?**

*Karl N., München*

Ihr Apotheker kann Ihnen jederzeit sagen, ob ihre Mittel davon betroffen sind. Unabhängig davon finden Sie eine Liste der entsprechenden Wirkstoffe im Internet unter [www.aponet.de](http://www.aponet.de), dem Gesundheitsportal der deutschen ApothekerInnen. Die Krankenkassen veröffentlichen unter [www.g-k-v.com](http://www.g-k-v.com) die Namen der von der Zuzahlung befreiten Fertigarzneimittel in alphabetischer Reihenfolge. Diese Listen werden ständig aktualisiert. Sie gelten für alle gesetzlich Versicherten, unabhängig davon, in welcher Krankenkasse man ist. Bislang sind nur sol-

che Medikamente zuzahlungsfrei, die im Vergleich mit anderen Mitteln mit demselben Wirkstoff im Preis deutlich günstiger sind. Der jeweilige Hersteller muss das Produkt so preiswert anbieten, dass die Krankenkassen trotz wegfallender Patientenzuzahlung entlastet werden.

### ZECKENIMPFUNG

**Wie erfolgt eine Zeckenimpfung gegen FSME?**

*Simone Z., Ingelheim*

Es wird dreimal gegen FSME (Frühsommer-Meningo-Enzephalitis) geimpft, wobei die zweite Injektion in einem Abstand von zwei Wochen bis drei Monaten nach der ersten erfolgt. Die dritte Spritze ist nach sechs bis zwölf Monaten fällig. Nach drei bis fünf Jahren muss der Impfschutz aufgefrischt werden. Alternativ für Eilige kann bei der Schnellimmunisierung die Impfung bereits eine und drei Wochen nach der Erstimpfung wiederholt werden. Eine Auffrischung sollte dann nach einem und drei bis fünf Jahren erfolgen.

### SCHREIBEN SIE UNS

Wenn auch Sie beraten werden möchten, schreiben Sie uns. Wir freuen uns auf Ihre Zuschriften, alle eingehenden Briefe werden persönlich beantwortet. Bitte einen frankierten Rückumschlag belegen. Ihre Fragen richten Sie an:

**Redaktion vive, Leserbriefe**  
Siemensstraße 6  
61352 Bad Homburg  
E-Mail: [leserservice@vive.de](mailto:leserservice@vive.de)