



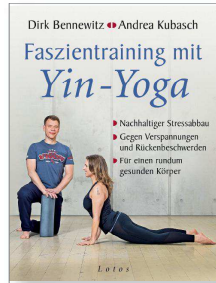
**Senioren kompetent beraten**

Dies ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Denn viele Arzneimittel der Selbstmedikation sind bei älteren Patienten nicht geeignet. Oft stellt sich auch die Frage: Ist eine Selbstmedikation noch vertretbar oder sollte man doch besser an einen Arzt verweisen? In diesem Fach-Hörbuch geben Ihnen die Autorinnen Tipps, wie Sie sich besonders auf diese Patientengruppe einstellen und ältere Patienten optimal beraten können.

„Selbstmedikation für Senioren. Kompetent beraten in der Apotheke“  
 Elisabeth Thesing-Bleck  
 Iris Hinneburg  
 Deutscher Apotheker Verlag  
 ISBN 978-3-7692-5865-3  
 29,80 EUR

**Faszientraining mit Yin-Yoga**

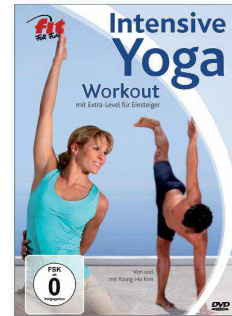
Yin-Yoga ist eine langsame und statische Praxis, die ihren Fokus auf langes Halten der Positionen (drei bis fünf Minuten) und die Stimulation anatomischer Zuglinien im Körper legt. Es ist ein ideales Faszientraining, das Bindegewebe erfährt eine Straffung und Neubelebung. In diesem Buch werden u.a. die wichtigsten Grundübungen vorgestellt, wie diese dazu beitragen können, Blockaden in Körper und Geist zu lösen und dadurch zu einem erfüllteren Leben zu gelangen.



„Faszientraining mit Yin-Yoga“  
 Dirk Bennewitz /  
 Andrea Kubasch  
 Lotos Verlag  
 ISBN 978-3-7787-8248-4  
 16,99 EUR

**Power für den Körper**

Intensive oder Power Yoga ist ein neuer Fitnessstrend. Es handelt sich in erster Linie um ein ganzheitliches, körperliches Training. Der Geist erreicht durch regelmäßiges Training eine neue Form der Klarheit, Ruhe und Zufriedenheit. Intensive Yoga – Power für den Körper und Tiefenentspannung für den Geist in einzigartiger Kombination!  
 Diese neue Multilevel-DVD bietet allen Yoga-Fans völlig neuartige und facettenreiche Übungen und Programme. Ob Yoga-Neuling, Sportler oder erfahrener Yoga: Mit 3 Kombiprogrammen und 6 Einzelprogrammen ist für jeden genau das Richtige dabei.



DVD – Intensive Yoga Workout  
 Young-Ho Kim  
 www.fitnessRAUM-shop.de

Wir verlosen fünf Mal die DVD „Intensive Yoga Workout“. Damit auch Sie künftig neue Power für den Körper erhalten, sollten Sie folgende Frage richtig beantworten: Wieviel Programme sind auf der DVD?  
 a) 9  
 b) 6  
 c) 3

**TEILNAHMEBEDINGUNGEN**  
 Schicken Sie eine E-Mail mit der richtigen Antwort und dem Stichwort „Yoga“ an [gewinn@ptaprofessional.de](mailto:gewinn@ptaprofessional.de) oder eine Postkarte an: PTA PROFESSIONAL, Borstigstraße 1-3, 63150 Heusenstamm. Einsendeschluss ist der 15.12.2014. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Mitarbeiter der Keppler Medien Gruppe sowie deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Die Daten der Gewinnspielteilnehmer werden entsprechend der Bestimmungen des BDSG behandelt.

**Gewinner vom November:**

Wir gratulieren! Je zwei Tickets für das Musical Dirty Dancing gehen an: Claudia Jumpertz, Köln  
 Monik Jöckel, Bad Kreuznach

**Lernkontrolle Seniorenberatung**

Haben Sie den Artikel zu den Senioren von Seite 16 bis 20 aufmerksam gelesen und konnten Sie die Fragen zur Lernkontrolle beantworten? Hier finden Sie die Antworten:

1. Wie heißt die Liste mit im Alter ungeeigneten Wirkstoffen?  
 A) PASCOE  
 B) PRIMA  
 C) PRISCUS
2. Welches Phytopharmaka fördert die Herzleistung?  
 A) Weißdorn  
 B) Lecithin  
 C) Gingko
3. Was ist das Mittel der Wahl bei der Obstipation von Senioren?  
 A) Macrogol  
 B) Macrogol + Elektrolyte  
 C) indische Flohsamenschalen



**Ebola-Informationspaket für Apotheken**

Die Weltapothekerorganisation „Fédération Internationale Pharmaceutique“ (FIP) bietet seit Donnerstag auf ihrer Internetseite [www.fip.org/ebola](http://www.fip.org/ebola) ein englisches Informationspaket zur Ebola-Infektion an. Damit sollen Apotheken für das Thema sensibilisiert und mit fachlichen Informationen unterstützt werden. Dort gibt es zudem den Hinweis, dass alle thrombozytenaggregationshemmenden Medikamente bei Ebola kontraindiziert sind.