



© Schreyer - iStockphoto.com



govi.de – der Buchshop für Pharmazeuten



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 GmbH

PZ REZENSIONEN

Unterschätztes Superfood

Angela Kalisch / Im Vergleich Brötchen gegen Porridge fallen die Frühstücksvorlieben hierzulande immer noch deutlich zugunsten der Weizenbackwaren aus. Dabei hätte Hafer viel mehr zu bieten als sich mit einer Nebenrolle in der Müslischale zu begnügen. Das schmackhafte Ur-Getreide ist reich an Vitaminen, Mineralstoffen und Ballaststoffen, vielseitig einsetzbar und eine ideale Alternative bei Glutenunverträglichkeit. Doch damit nicht genug punktet Hafer sogar mit erstaunlichen gesundheitlichen Effekten. So war eher zufällig bereits Anfang des 20. Jahrhunderts die blutzuckersenkende Wirkung von Hafer entdeckt worden, verantwortlich dafür sind Beta-Glucane.

Der Ernährungsmediziner und Diabetologe Dr. Matthias Riedl kennt die positive Wirkung der unscheinbaren Flocken und setzt sie bei seinen Patientinnen und Patienten nicht nur erfolgreich zur Gewichtsreduktion ein, sondern auch zur begleitenden Behandlung von Typ-2-Diabetes.

In seinem neusten Buch gibt Riedl Ernährungstipps, fasst in Kürze und leicht verständlich alles Wissenswerte rund um die gesundheitsfördernden

Eigenschaften des Hafers zusammen und stellt zwei Varianten der Haferkur vor, mit der nachweislich der Stoffwechsel entlastet werden kann.

Ein umfangreicher Rezeptteil liefert Ideen für Abwechslung auf dem Speiseplan, von selbstgebackenem Haferbrot bis hin zu fruchtigen oder herzhaften Hauptgerichten und Salaten, denn Hafer ist gesund und schmeckt und darf somit gerne viel häufiger auf dem Teller landen. /



Matthias Riedl: Der Hafer-Masterplan. Das 2-Wochen-Programm für mehr Gesundheit und Energie

ZS 2023, 128 Seiten,
ISBN 978-3-96584-313-4, EUR 17,99

Grüne Liste: Naturheilmittel auf einen Blick

PZ / Die Präparatliste Naturheilkunde 2023 bietet Heilberuflern, die komplementärmedizinisch tätig sind, neben Informationen zur Naturheilkunde und Naturmedizin eine Übersicht relevanter Naturheilmittel: circa 550 Präparateinträge unter Angabe von Zusammensetzung, Wirkung, Darreichungsform, Packungsgrößen und Dosierung. Sie sind alphabetisch, nach Indikationen oder Hersteller übersichtlich sortiert und ohne langes Nachschlagen leicht aufzufinden.

Neben dem Präparateteil enthält das Buch kurze Hintergrundinformationen, beispielsweise zur »Nährstofftherapie« und den Grundlagen der Orthomolekularmedizin. Als weitere Zusatzinhalte finden Leserinnen und Leser unter anderem ein Tabellarium mit homöopathischen Einzelmitteln, aktualisiert und ergänzt wurde ein Verzeichnis naturheilkundlicher Kliniken und Krankenhäuser.

Die Einträge des Buches gibt es auch in Form der Online-Datenbank www.grüne-liste.de, in der die Nutzer nach Registrierung recherchieren können. /



Präparatliste Naturheilkunde 2023

ML Verlag, 43. Auflage 2023, 544 Seiten,
Softcover
ISBN 978-3-96474-555-2, EUR 49,95 Euro

Pharma: Wie sieht der Berufsalltag aus?

Ulrike Abel-Wanek / Dirk Geest ist Herausgeber und Autor der Buchserie »Karrierewege«. Der jetzt erschienene Band 16 wirft einen differenzierten Blick auf die Pharmabranche. Speziell junge Menschen sollen einen Eindruck davon bekommen, wie Arbeitsalltag und -bedingungen im Pharmageschäft aussehen können.

18 Fach- und Führungskräfte aus den Bereichen forschende Unternehmen, Kommunikation und Marketing, Hochschule und Apotheke lassen sich über die Schulter schauen und erzählen, wie ihre tägliche Arbeit aussieht.

Die Pharmabranche ist eine tragende Säule im Gesundheitssystem sowie der Volkswirtschaft mit einem Umsatz von 43 Milliarden Euro. 2021 gingen rund 143.000 Menschen hier einer Beschäftigung nach – Fachkräftemangel und Nachwuchssorgen kennt man aber auch hier.

Die befragten Experten stellen in alphabetischer Reihenfolge in Inter-

views die Vorzüge ihres Berufswegs dar, vergessen dabei aber auch nicht eventuell kritischen Aspekte. Die Teilnehmenden bekamen alle dieselben Fragen, um die Antworten vergleichbar zu machen.

Leserinnen und Leser erhalten dabei zum Beispiel Einblick in die Aufgaben von Sylvia Weimer-Hartmann, Pharmazeutin und Geschäftsführerin eines mittelständischen Pharmaunternehmens, von Apotheker Dr. Christoph Funck, Leiter einer PTA-Fachschule, aber auch von Erich Bauer, der nach einem Maschinenbau-Studium die hochautomatisierte Technik von Verpackungsanlagen für die Pharmabranche verantwortet.

Apothekerinnen, Chemiker, Humanmedizinerin und Tierarzt, aber auch Wirtschaftsinformatiker und Wissenschaftlerin berichten über ihren beruflichen Einstieg im Bereich Pharma, über Qualifikation, Motivation und Herausforderungen.

Fazit: Lesenswerte Erfolgsstories mit Vorbildern, die junge Menschen zur Nachahmung motivieren möchten, aber auch Missverständnissen und Enttäuschungen bei der Berufswahl vorbeugen wollen. /



Dirk Geest:
Karrierewege in der Pharmabranche.
Einblicke in den beruflichen Alltag.

Verlag: Books on Demand,
188 Seiten, Paperback
ISBN-13: 9783756869916, EUR 19,95

merano



Durchatmen und genießen

04.-09.06.
PHARMACON
MERAN