

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	v
Abkürzungsverzeichnis	xix
1 Einführung	1
2 Akne	4
2.1 Topische Aknetherapeutika	5
2.1.1 Benzoylperoxid	5
2.1.2 Salicylsäure	6
2.1.3 Teebaumöl	7
2.1.4 Anmerkungen	8
2.2 Perorale Aknetherapeutika	8
2.2.1 Perorales Zink	8
2.3 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	9
3 Allergische Rhinitis/Heuschnupfen	12
3.1 Perorale H₁-Antihistaminiaka	13
3.1.1 Loratadin	13
3.1.2 Cetirizin	13
3.1.3 Dimetinden	14
3.1.4 Clemastin	15
3.2 Systemische α-Sympathomimetika	16
3.2.1 Pseudoephedrin	16
3.3 Lokal anzuwendende Arzneimittel	17
3.3.1 Beclometason	17
3.3.2 Azelastin	17
3.3.3 Levocabastin	18
3.3.4 Cromoglicinsäure	19
3.3.5 Topische α-Sympathomimetika (z. B. Oxymetazolin, Xylometazolin)	20
3.4 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	20
4 Atopische Dermatitis/Neurodermitis	22
4.1 Topische Therapeutika	23
4.1.1 Hydrocortison bzw. Hydrocortisonacetat	23
4.1.2 Emollientien	24
4.1.3 Harnstoff	25

4.1.4	Dimetinden	26
4.1.5	Gerbstoffe	26
4.1.6	Polidocanol	27
4.1.7	Anmerkungen	28
4.2	Systemische Therapeutika	28
4.2.1	Dimetinden	28
4.2.2	Cetirizin	29
4.2.3	Natriumcromoglicat	30
4.2.4	Probiotika	31
4.2.5	Gamma-Linolensäure	31
4.2.6	Anmerkungen	32
4.3	Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	32
5	Blasenentzündung	34
5.1	Substanzen mit direktem oder indirektem Einfluss auf das Keimwachstum	35
5.1.1	Cranberry-Zubereitungen	35
5.1.2	Bärentraubenblätter-Extrakt	36
5.1.3	Goldrutenkraut-Extrakt	37
5.1.4	Anmerkungen	37
5.2	Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	38
6	Durchfall	40
6.1	Motilitätshemmer	41
6.1.1	Loperamid	41
6.2	Immunstimulanzien	42
6.2.1	Probiotika	42
6.3	Pflanzenextrakte	43
6.3.1	Uzarawurzel-Extrakt	43
6.4	Salze zur oralen Rehydratisierung (ORS)	44
6.4.1	ORS	44
6.5	Anmerkungen	45
6.6	Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	46

7	Erkältung	48
7.1	Immunstimulanzien	49
7.1.1	Zinkionen (peroral)	49
7.1.2	Vitamin C (Ascorbinsäure)	50
7.1.3	Echinacea-Extrakte	51
7.1.4	Anmerkungen	52
7.2	Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	53
8	Fieber	55
8.1	Antipyretika	56
8.1.1	Ibuprofen	56
8.1.2	Paracetamol	57
8.1.3	Acetylsalicylsäure	58
8.1.4	Diclofenac	59
8.1.5	Anmerkungen	60
8.2	Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	60
9	Fußpilz	62
9.1	Topische Antimykotika	63
9.1.1	Allylamine – Terbinafin, Naftifin	63
9.1.2	Azole – Bifonazol, Clotrimazol, Econazol, Miconazol, Sertaconazol und Tioconazol	64
9.1.3	Tolnaftat	64
9.1.4	Ciclopirox	65
9.1.5	Teebaumöl	66
9.1.6	Anmerkungen	67
9.2	Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	67
10	Hämorrhoiden	69
10.1	Anmerkungen	71
10.2	Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	71
11	Halsschmerzen	73
11.1	Lokalanästhetika	73
11.1.1	Benzocain und Lidocain	73
11.1.2	Ambroxol	74
11.1.3	Anmerkungen	75

11.2 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	76
12 Husten	78
12.1 Schleimlöser	79
12.1.1 Ambroxol	79
12.1.2 Bromhexin	80
12.1.3 Acetylcystein	81
12.2 Hustenstiller	82
12.2.1 Dextromethorphan	82
12.2.2 Pentoxyverin	83
12.3 Pflanzliche Extrakte zur systemischen Applikation	84
12.3.1 Pelargonium-sidoides-Extrakt	84
12.3.2 Thymian-Extrakt	85
12.3.3 Efeu-Extrakt	86
12.4 Anmerkungen	87
12.5 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	87
13 Insektenstiche	90
13.1 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	91
14 Kopfläuse	93
14.1 Topische Therapeutika	94
14.1.1 Dimeticon	94
14.1.2 Permethrin	95
14.1.3 Allethrin	96
14.1.4 Pyrethrum	97
14.1.5 Waschaktive Substanzen aus Kokosöl	98
14.1.6 Anmerkungen	98
14.2 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	99
15 Kopfschmerzen	101
15.1 Nichtopioide Analgetika	103
15.1.1 Paracetamol	103
15.1.2 Acetylsalicylsäure	104
15.1.3 (Propy-)Phenazon	105

15.2 NSAIDs	106
15.2.1 Ibuprofen	106
15.2.2 Diclofenac	106
15.2.3 Naproxen	107
15.3 Anmerkungen	108
15.4 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	109
16 Lippenherpes	111
16.1 Topische Therapeutika	112
16.1.1 Aciclovir	112
16.1.2 Penciclovir	113
16.1.3 Docosanol	114
16.1.4 Melissenblätter-Extrakt	115
16.1.5 Zink (topisch)	115
16.1.6 Anmerkungen	116
16.2 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	116
17 Magen-Darm-Beschwerden	119
17.1 Pflanzliche Prokinetika	120
17.1.1 Pfefferminzöl	120
17.1.2 Iberis-amara-Extrakt	121
17.2 Probiotika	122
17.2.1 Probiotika	122
17.3 Enzyme	123
17.3.1 Pankreasenzyme	123
17.4 Anmerkungen	123
17.5 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	124
18 Migräne	127
18.1 Nichtopioide Analgetika	128
18.1.1 Paracetamol	128
18.1.2 Acetylsalicylsäure	129
18.1.3 Phenazon	130
18.2 NSAIDs	131
18.2.1 Ibuprofen	131
18.2.2 Diclofenac	131
18.2.3 Naproxen	132

18.3 Triptane	133
18.3.1 Almotriptan	133
18.3.2 Naratriptan	134
18.4 Anmerkungen	135
18.5 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	136
19 Mittelohrentzündung	138
19.1 Systemische Analgetika	139
19.1.1 Ibuprofen	139
19.1.2 Paracetamol	140
19.2 Topische Therapeutika	141
19.2.1 Schleimhautabschwellende Nasentropfen	141
19.2.2 Analgetische Ohrentropfen	142
19.3 Anmerkungen	143
19.4 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	143
20 Mundsoor	146
20.1 Topische resorbierbare Therapeutika	147
20.1.1 Miconazol	147
20.2 Topische nichtresorbierbare Therapeutika	148
20.2.1 Nystatin	148
20.3 Anmerkungen	149
20.4 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	149
21 Nagelpilz	151
21.1 Topische Therapeutika	152
21.1.1 Ciclopirox	152
21.1.2 Amorolfin	153
21.1.3 Bifonazol	154
21.1.4 Anmerkungen	154
21.2 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	155
22 Regelschmerzen	156
22.1 NSAIDs	157
22.1.1 Ibuprofen	157
22.1.2 Naproxen	158

22.2 Nichtopioide Analgetika	158
22.2.1 Paracetamol	158
22.2.2 Acetylsalicylsäure	159
22.3 Spasmolytika	160
22.3.1 Butylscopolamin	160
22.4 Anmerkungen	161
22.5 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	162
23 Schlafstörungen	164
23.1 Chemisch definierte Sedativa	165
23.1.1 H₁-Antihistaminika der ersten Generation	165
23.1.2 Tryptophan	166
23.2 Pflanzliche Sedativa	167
23.2.1 Baldrian-Extrakte	167
23.2.2 Johanniskraut-Extrakte	168
23.2.3 Anmerkungen	169
23.3 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	169
24 Schmerzen des Bewegungsapparates und des Rückens ...	172
24.1 Systemische NSAIDs	173
24.1.1 Ibuprofen	173
24.1.2 Diclofenac	174
24.1.3 Naproxen	175
24.2 Nichtopioide Analgetika	176
24.2.1 Paracetamol	176
24.3 Chondroprotektiva	177
24.3.1 Glucosamin	177
24.3.2 Chondroitinsulfat	178
24.4 Pflanzliche Analgetika/Antirheumatika	179
24.4.1 Teufelskrallen-Extrakt	179
24.5 Topische NSAIDs	179
24.5.1 Ibuprofen, Diclofenac, Indometacin, Flufenaminsäure	179
24.6 Anmerkungen	181
24.7 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	181

25 Schnupfen/Sinusitis	184
25.1 Topische Schnupfenmittel	185
25.1.1 Topische α -Sympathomimetika (z. B. Oxymetazolin, Xylometazolin)	185
25.1.2 Beclometason	185
25.2 Systemische α-Sympathomimetika	186
25.2.1 Pseudoephedrin	186
25.3 Immunstimulanzien	187
25.3.1 Zinkionen (peroral)	187
25.3.2 Probiotika	188
25.4 Anmerkungen	189
25.5 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	190
26 Sodbrennen	192
26.1 Protonenpumpenhemmer	193
26.1.1 Omeprazol	193
26.1.2 Pantoprazol	194
26.2 H₂-Antagonisten	195
26.2.1 Ranitidin	195
26.3 Antazida	196
26.3.1 Magaldrat, Hydrotalcit, Aluminium-, Magnesium- oder Calciumsalze	196
26.4 Anmerkungen	197
26.5 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	198
27 Sonnenbrand	200
27.1 Anmerkungen	202
27.2 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	202
28 Übelkeit und Erbrechen	204
28.1 Antiemetika	205
28.1.1 H ₁ -Antihistaminika der ersten Generation	205
28.1.2 Ingwer	206
28.1.3 Vitamin B ₆ (Pyridoxin)	207
28.1.4 Anmerkungen	208
28.2 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	208

29 Übergewicht	211
29.1 Lipasehemmer	212
29.1.1 Orlistat	212
29.1.2 Anmerkungen	213
29.2 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	214
30 Urtikaria	216
30.1 Perorale Therapeutika	217
30.1.1 Loratadin	217
30.1.2 Cetirizin	218
30.1.3 Dimetinden	218
30.1.4 Clemastin	219
30.1.5 Natriumcromoglicat	220
30.2 Topische Therapeutika	221
30.2.1 Hydrocortison bzw. Hydrocortisonacetat	221
30.3 Exkurs: Calciumsalze bei Allergien	222
30.3.1 Calciumsalze	222
30.4 Anmerkungen	223
30.5 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	223
31 Vaginalmykosen	225
31.1 Topische Therapeutika	226
31.1.1 Clotrimazol	226
31.1.2 Nystatin	227
31.1.3 Teebaumöl	228
31.1.4 Lactobacillus acidophilus bzw. Milchsäure	229
31.1.5 Anmerkungen	230
31.2 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	230
32 Venenleiden	232
32.1 Systemische Venenmittel	233
32.1.1 Flavonoide (Rutoside, Troxerutin, Weinlaub-Extrakt)	233
32.1.2 Aescin	234
32.2 Kompression	234
32.2.1 Kompressionsstrümpfe	234

32.3 Anmerkungen	235
32.4 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	235
33 Verstopfung	237
33.1 Osmotisch wirkende Laxanzien	238
33.1.1 Lactose	238
33.1.2 Lactulose	238
33.1.3 Polyethylenglykol (Macrogol 3350–4000)	239
33.1.4 Magnesium- oder Natriumsulfat	240
33.2 Antiresorptiv oder hydragog wirkende Laxanzien	241
33.2.1 Bisacodyl	241
33.2.2 Natriumpicosulfat	242
33.2.3 Anthraglykoside	243
33.3 Gleitmittel	244
33.3.1 Paraffinum subliquidum	244
33.4 Defäkationsauslöser	245
33.4.1 Glycerol	245
33.4.2 Sorbitol	246
33.4.3 Docusat-Natrium (Natriumdioctylsulfosuccinat)	246
33.4.4 Natriumdihydrogenphosphat mit Natriumhydrogencarbonat (CO ₂ -freisetzend)	247
33.5 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	248
34 Warzen	250
34.1 Topische Therapeutika	251
34.1.1 Salicylsäure	251
34.1.2 Teebaumöl	252
34.1.3 Kryotherapie mit Dimethylether/Propan	253
34.2 Systemische Therapeutika	254
34.2.1 Zinkionen (peroral)	254
34.3 Anmerkungen	255
34.4 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	255

35 Wundbehandlung	257
35.1 Antiseptika	258
35.1.1 Alkohole	258
35.1.2 Povidon-Iod	259
35.1.3 Polihexanid	260
35.1.4 Octenidin	261
35.1.5 Ionisches Silber	262
35.1.6 Anmerkungen	262
35.2 Wundheilungsfördernde Substanzen	263
35.2.1 Hydrosomales Wundgel	263
35.2.2 Anmerkungen	264
35.3 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	264
36 Zahnungsbeschwerden	267
36.1 Anmerkungen	268
36.2 Abgrenzung zu verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und anderen ärztlichen Therapieverfahren	269
Anhang 1: Exkurs Evidenzbasierte Medizin	270
Anhang 2: Fertigarzneimittel	273
Sachregister	279
Die Autorin	297