

Arzneimittel-Informationen und Tipps für Sie und Ihre Praxis

Eine Dienstleistung von DoXMart – Einkauf, Praxisapotheker, Innovationen, Preise, Studien

Editorial



Richard Altorfer und Peter H. Müller

Liebe Kollegin, lieber Kollege

DoXMedical ist die Zeitung der Ärzte mit Patientenapotheke. Warum also als Leitartikel ein Bericht über ein Hilfswerk in Nepal, werden Sie sich vielleicht fragen. Wir meinen, dass in dieser vorweihnachtlichen Zeit mit hektischem Geschenkeinkauf, der gelegentlich an einen Shoppingzwang erinnert, eine Zuwendung an Bedürftige in der Dritten Welt nicht falsch sein kann. Natürlich werden Sie in diesen Wochen mit Bittbriefen, Karten für jeden Geschmack, Bildern voller Armut und Elend – immer begleitet von Einzahlungsscheinen – überhäuft. Schliesslich wissen inzwischen alle Hilfswerke, dass Sie, wie wir alle, um Weihnachten herum spendabler sind. Wir haben uns denn auch lange überlegt, ob wir Ihnen noch eine weitere Kontonummer angeben sollen, auf die Sie Ihre Spende einzahlen können. Wir haben uns dafür entschieden, weil unser – und damit ist DoXMart gemeint – Engagement nicht auf Weihnachten beschränkt bleiben soll. Wir stellen Ihnen in der neuen Rubrik **DoXhelp** das NAG-Strassenkinder-Hilfswerk in Nepal vor. Diese Initiative einer Schweizerin verdient, so meinen wir, unsere Unterstützung. Die Redaktion hat sich deshalb entschlossen, für jede und jeden DoXMart-TeilnehmerIn einen runden Fünfzylinder zu spenden. So kommt bei gegen 1500 Ärztinnen und Ärzten ein ansehnlicher Betrag zusammen. Darüber hinaus beabsichtigt DoXMart, für eine erfolgreiche Schülerin dieses Hilfswerks – sie hat eben mit Bestnoten die Maturität bestanden –, die Ausbildung zur Ärztin zu fördern. Wir werden in einer der kommenden Nummern darüber berichten. Und natürlich: Wenn Sie darüber hinaus etwas Gutes unterstützen möchten – lassen Sie sich nicht daran hindern.

Ihr DoXMart-Team

Dr. med. Richard Altorfer
Dr. med. Peter H. Müller

DoXHelp

Hoffnung für Strassenkinder in Nepal

Strassenkinder in Drittweltländern erhalten nur selten die Chance auf ein besseres Leben. In Nepal engagiert sich eine Schweizerin seit 15 Jahren für diese Kinder und hilft ihnen, eine Zukunft aufzubauen.

Dank ihrem unermüdlichen Einsatz erhalten heute 375 nepalesische Kinder aus Elendsquartieren täglich eine ausgewogene Mahlzeit und Schulunterricht. Ein beispielhaftes Projekt, das Unterstützung verdient, findet DoXMedical.

Gabi Rosenberg

Nepal gehört zu den ärmsten Ländern der Welt, und 70 Prozent der Bevölkerung sind Analphabeten. Viele Kinder leben auf der Strasse und können von einem vollen Bauch und einem warmen Bett nur träumen. Ohne Geld für Schulmaterial und die benötigte Schuluniform erhalten sie kaum je die nötige Ausbildung, die ih-

nen eine Zukunftsperspektive bieten würde. Vom Schicksal dieser Kinder berührt, unterstützte die Schweizerin Nicole Wick bereits als Jugendliche mit ihrem Taschengeld ein Strassenkind in Katmandu. Nachdem sie ihre Ausbildung als Tiefbauzeichnerin beendet hatte, reiste die junge Frau aus Horgen bei Zürich das erste Mal nach Nepal. Sie wollte die Welt ihres Patenkindes kennenlernen und absolvierte dort ein Praktikum in einem Kinderhilfswerk.

Das Heim neuer Hoffnungen

Mit 23 Jahren reiste Nicole Wick erneut nach Nepal und verlängerte ihren Aufenthalt auf unbestimmte Zeit. Nun wollte sie die Erfahrungen, die sie als Praktikantin gemacht hatte, in einem eigenen Projekt umsetzen und das, was sie bisher gelernt hatte, noch effizienter und damit noch besser nutzen. Aus Katmandu informierte sie ihre Eltern telefonisch über ihre Pläne. Der Mutter war rasch klar, dass ihre Tochter es ernst meinte: «Wenn Nicole sich etwas in den Kopf gesetzt hat, dann macht sie es auch.» In kürzester Zeit mobilisierten Nicoles Eltern den Freundes- und Bekanntenkreis zur Unterstützung. Vor Ort in Katmandu hatte bereits Frédérick Perrier, ein französischer Wissenschaftler, Hilfe von seiner Organisation «Les enfants du Nepal» zu-



Für Raju und Krishna beginnt der Schulalltag.

Inhalt

Fortbildung

Sekundärprävention bei älteren KHK-Patienten	5
Behandlung der Arthritis im Frühstadium	8

Pharma News

Generikum ist nicht gleich Generikum: Streuli Pharma AG setzt auf Qualität!	11
---	----

Rubriken

DoXHelp: Hoffnung für Strassenkinder in Nepal	1
Impressum	3
DoXCensus: Hat jede Gesellschaft den Notfalldienst, den sie verdient?	4
DoXVaccine: Ein massgeschneiderter Impfstoff für Senioren	6
DoXMedTech: Zusammenführung von optimaler Funktionalität und Ästhetik	9
DoXLab: Autoimmunerkrankungen – eine Fehlinterpretation des Immunsystems	10
DoXPrax: Sind wir zum Notfalldienst verpflichtet?	12
Die Körpersprache gibt den Ton an	13
Hausarztmedizin nach Mass	15
DoXweltweit: Von den Schamanen	28
DoXNatur: Keine Angst vor Blitz und Donner!	30

Die DoXMart-Angebote im Detail

Pharma	17
Fluad 2008/2009	21
GenerX – ein generischer Röntgenfilm	26
Reflotronstreifen	26
Non-Pharma	27

Nawa Asha Griha (NAG)
«Heim neuer Hoffnungen»

NAG – Strassenkinder-Hilfswerk
in Nepal

PC-Konto-Nr.
87-311900-987

Hoffnung für Strassenkinder in Nepal



Shanti und Klein-Usha: glücklich und neugierig



Abwaschen ist Handarbeit.

gesichert. Im September 1993 war es dann so weit: Nicole Wick eröffnete mit den ersten fünf Kindern das «Nawa Asha Griha» (NAG), was übersetzt «Heim neuer Hoffnungen» bedeutet.

Eine staatlich anerkannte Schule

Doch mit einem Heim allein war es nicht getan, die Kinder von NAG sollten auch eine schulische Ausbildung erhalten. Deshalb gründete Nicole Wick schon kurze Zeit später eine heimeigene Schule mit Unterstützung des nepalesischen Lehrers Jeethen Thakuri, der heute ihr Ehemann ist. Diese Schule steht nicht nur den Kindern im Heim offen, auch mittellose Kinder aus den Armenvierteln können die Schule besuchen. Heute unterrichten einheimische Lehrpersonperso-

nen 375 Schülerinnen und Schüler, wovon 224 auswärtige Kinder sind. Sie alle erhalten kostenlos Verpflegung, Kleidung und Schulmaterial.

Unterrichtet werden Englisch, Nepalesisch, Mathematik, Geometrie, Sozialkunde, Geschichte, Zeichnen, Musik, Sport und weitere Fächer. Für die Kinder, welche die Schule mit dem staatlichen Examen am Ende des 10. Schuljahrs abschliessen, werden passende Ausbildungsplätze gesucht. Wer die nötigen Voraussetzungen mitbringt, kann ein College besuchen, was sonst nur Kindern aus wohlhabenden Familien möglich ist. Das notwendige Schulgeld organisiert das NAG durch Spenden, und bereits haben 31 NAG-Kinder ein Studium begonnen.



Die einen steben noch Schlange, die anderen langen schon zu.

Damit aus Hoffnung eine Zukunft wird

Angesichts der weitverbreiteten Not und Armut in Drittweltländern ist es vielen unserer Kolleginnen und Kollegen ein Bedürfnis, den Menschen dort mit einer Spende zu helfen. Gleichzeitig fragen sich viele Spendewillige, welche der zahlreichen Hilfsorganisationen sie unterstützen sollen und wie viel des gespendeten Geldes tatsächlich den Bedürftigen zugute kommt. DoxMart wird deshalb künftig kleinere Organisationen vorstellen, die effizient und ohne grossen bürokratischen Apparat arbeiten. Damit ist gewährleistet, dass der grösstmögliche Anteil jedes gespendeten Frankens auch dort ankommt, wo er dringend gebraucht wird. Das hier vorgestellte Strassenkinder-Hilfswerk NAG erfüllt diese Voraussetzungen. Auch Ihre Spende ist willkommen:

Postkonto
Strassenkinder-Hilfswerk NAG
8135 Langnau am Albis
PC 87-311900-987

Die Stiftung NAG-Strassenkinder-Hilfswerk ist vom eidg. Departement des Innern anerkannt. Alle Spenden sind von Bundes-, Staats- und Gemeindesteuern befreit.

Fragen zum NAG (www.nagnepal.org) beantwortet gerne auch:

Judith Wick
Rütibohlstrasse 28
8135 Langnau am Albis
Tel. 044-771 82 00
E-Mail: judithwick@swissonline.ch



Teil einer Schulklasse (die ganze Klasse hat 27 Schüler)

Die Erfolgsgeschichte des Saran Silwal

Saran Silwal war eines der ersten Strassenkinder, das von Nicole Wick Thakuri aufgenommen wurde. Er absolvierte nach seiner Zeit im NAG eine Schule für Hotelmanagement und arbeitet heute in einem Luxushotel in Dubai. Er ist dem Kinderhilfswerk verbunden geblieben und unterstützt heute selbst als Pate ein NAG-Kind.

Die NAG-Schule ist seit 1998 staatlich anerkannt. Finanziert werden Schule

und Heim von der Stiftung Strassenkinderhilfswerk NAG, die in der Schweiz gegründet wurde und vom EDI anerkannt ist. «NAG wird mit einem minimalen Aufwand betrieben», erklärt die Stiftungsrätin Brigitte Weiss, die für die Buchhaltung zuständig ist. Es wird kein Geld für Werbung ausgegeben, doch helfen die Mund-zu-Mund-Propaganda und Berichte in den Medien, den Bekanntheitsgrad von NAG zu steigern und Spenden zu mobilisieren.

Die Wohnung als Organisationszentrale

Nicole Wick Thakuri und ihr Ehemann sind das Herz des NAG. Zusammen mit ihren Töchtern Kim und Zora leben sie in einer bescheidenen Wohnung auf dem NAG-Gelände. Ein Privatleben kennen sie kaum, denn auch nach Feierabend tummeln sich in der Wohnung Heimkinder, die auf einen Schwatz oder zum Zeitung lesen vorbeikommen. Die Wohnung ist aber auch die Organisationszentrale des Kinderhilfswerks. Dank der Unterstützung ihres Vaters Nick Wick, der Computerfachmann ist, steht die NAG-Gründerin via Internet regelmässig in Kontakt mit dem Stiftungsrat in der Schweiz und der Hilfsorganisation «Les enfants du Nepal» in Frankreich. «Ohne diese Kontakte und vor allem ohne die Unterstützung meiner Eltern gäbe es das NAG nicht», sagt Nicole. Ihre Mutter Judith Wick, eine gebürtige Australierin, engagiert sich von der Schweiz aus unermüdlich für das Kinderhilfswerk. Sie macht das NAG in Vereinen, Schulen und Firmen bekannt, organisiert Kleiderspenden, die von Ferienreisenden nach Katmandu gebracht werden, hält Vorträge, schreibt Briefe und telefoniert, um Spendengelder zu mobilisieren.

Hoffnung für Strassenkinder in Nepal

Teamarbeit und Workshops

Das Leben im Heim ist gut organisiert, und jedes Kind übernimmt bestimmte Aufgaben: Haushaltarbeiten wie Waschen, Putzen und Aufräumen werden aufgeteilt, ebenso die Küchenarbeiten. Wenn das Mittagessen vorbereitet werden muss, versammeln sich mehrere Kinder in der Küche, um die Reiskörner zu säubern und zu verlesen. Jedes Mitglied der Grossfamilie weiss Bescheid: «Die Grossen helfen den Kleinen, und ohne Teamarbeit geht es nicht», erklärt Nicole Wick Thakuri das NAG-Prinzip.



Impressum

DoXMedical ist das Publikationsorgan von DoXMart

Erscheinungsweise:
6-mal jährlich
Auflage: ca. 6000 Expl.

Herausgeber
DoXMart
Schaffhauserstrasse 13, 8212 Neuhausen
E-Mail: info@doxmart.ch
Internet: www.doxmart.ch

Verlag
Rosenfluh Publikationen AG
Schaffhauserstrasse 13, 8212 Neuhausen
Tel. 052-675 50 60, Fax 052-675 50 61
E-Mail: info@rosenfluh.ch

Redaktion
Dr. med. Richard Altorfer
Dr. med. Peter H. Müller
lic. phil. Karin Diodà

Redaktionssekretariat
Rosenfluh Publikationen AG
Anna Marino
Schaffhauserstrasse 13, 8212 Neuhausen
Tel. 052-675 50 60, Fax 052-675 50 61
E-Mail: info@rosenfluh.ch

Anzeigenverkauf
Rosenfluh Media AG
Doris Meier
Dorfstrasse 16, 8556 Illhart
Tel. 052-770 01 54, Fax 052-770 01 53
Mobile: 079-621 96 12
E-Mail: doris.meier@rosenfluh.ch
Anzeigenleitung: Manuela Bleiker

Druck, Ausrüstung, Versand
Luzerner Druckzentrum
Maihofstrasse 76, 6002 Luzern

Abonnementsdienst
DoXMart
EDP Services AG
Ebenastrasse 10/Postfach, 6048 Horw
Tel. 041-349 17 60, Fax 041-349 17 18

Copyright
© by Rosenfluh Publikationen AG. Alle Rechte beim Verlag. Nachdruck und Kopien von Beiträgen und Abbildungen in jeglicher Form, wie auch Wiedergaben auf elektronischem Weg und übers Internet, auch auszugsweise, sind verboten bzw. bedürfen der schriftlichen Genehmigung des Verlags.

3. Jahrgang
ISSN 1660-8186

Hinweise
Der Verlag übernimmt keine Garantie oder Haftung für Preisangaben oder Angaben zu Diagnose und Therapie, im Speziellen für Dosierungsanweisungen.

Mit der Einsendung oder anderweitigen Überlassung eines Manuskripts oder einer Abbildung zur Publikation erklärt sich der Autor/die Autorin damit einverstanden, dass der entsprechende Beitrag oder die entsprechende Abbildung ganz oder teilweise in allen Publikationen und elektronischen Medien der Verlagsgruppe veröffentlicht werden kann. Bei einer Zweitveröffentlichung werden der Autor informiert und die Quelle der Erstpublikation angegeben.

Für unaufgefordert eingehende Manuskripte übernimmt der Verlag keine Verantwortung.

Bezahlte Texte sind entsprechend gekennzeichnet.

Hoffnung für Strassenkinder in Nepal

Das NAG-Strassenkinder-Hilfswerk in Zahlen (2006)

Jahresausgaben pro Kind: 877 Franken

Von jedem Spenden-Franken erreichen 97 Rappen die Kinder in Nepal.

Betreute Kinder	375	
davon Heimkinder (stationär)	151	
Tageskinder mit externer Betreuung	224	
Betreuer bzw. Lehrpersonal	30	
Spendeneinnahmen 2006	(in Fr.)	780 597
davon Patenschaften	137 808	
Freie Spenden	304 900	
Projektgebunden*	337 889	
Ausgaben 2006 in Nepal	(in Fr.)	646 912
davon Heim und Unterhalt	234 466	
Schule und Weiterbildung	94 557	
Projekt abgeschlossen*	175 932	
Laufendes Projekt*	141 957	
Ausgaben Verwaltung in der Schweiz	(in Fr.)	25 829
davon Personal und Spesen	15 574	
Porti, Transport usw.	2 140	
Bürospesen (inkl. EDV)	8 115	
Vortrag auf 2007 für Projekt*		107 856
(Dachisolation, Wasseraufbereitung, Kläranlage, Dieselgenerator, Schulbus)		

* Das gesamte Projekt umfasst den Landerwerb und die Verlegung bzw. den Neuaufbau des Hilfswerkes am neuen Standort. Näheres dazu im Text.



Rupa hat heute Putzdienst.



Die Vorschulgruppe des NAG



Asba gehört mit ihren 14 Monaten bereits dazu.



Basketball als Ausgleich zum Schulunterricht

Disziplin wird grossgeschrieben im Heim der neuen Hoffnungen, aber ebenso Sport und Spiel. Nicole Wick Thakuri setzt sich dafür ein, dass Mädchen die gleichen Chancen erhalten wie Buben, das gilt auch beim Sport: Die Mädchen haben ihre eigene Fussball- und Basketballmannschaft. Dabei sind die Basketballspielerinnen äusserst erfolgreich und stehen in Kathmandu-Valley im Moment an der Spitze.

Verschiedene Workshops sollen es den Kindern ausserdem ermöglichen, ihre persönlichen Begabungen zu entdecken und weiterzuentwickeln. So haben NAG-Kinder eine eigene Musikband gegründet, die weit herum bekannt ist und regelmässig für Auftritte engagiert wird. Bei der Förderung der jungen Talente helfen Praktikanten mit, die aus der Schweiz, aber auch aus England, Frankreich, Deutschland, Australien und den USA kommen und den NAG-Kindern ihre Fertigkeiten vermitteln. Auch Stina, eine ausgebildete Krankenschwester aus Zürich, reiste einst für ein Praktikum nach Katmandu. Sie ist geblieben und hat in der NAG-Grossfamilie ein neues Zuhause

gefunden. Sie ist eine unentbehrliche Hilfe und vertritt das Ehepaar, wenn es einmal abwesend ist.

Schwierige Zeiten

Die atemberaubend schöne Landschaft und die kulturelle Vielfalt des Königreichs am Fusse des Himalaja steht in hartem Kontrast zu seiner politischen Lage. Der Anblick von Panzerfahrzeugen und Militär mit dem Gewehr im Anschlag gehörte jahrelang zum nepalesischen Alltag, ebenso Stromausfälle, Ausgehverbote und Sirenengeheul. Das Land verfügt über natürliche Reichtümer, aber wegen der Korruption und des mangelnden Demokratieverständnisses ändert sich wenig an der weitverbreiteten Armut in der Bevölkerung. Zwar ist der Bürgerkrieg inzwischen beendet, doch müssen sich die Nepalesen ständig fragen: für wie lange?

Eine glückliche Fügung

Während des Bürgerkriegs wurde das Quartier, in dem sich Schule und Heim befanden, so unsicher, dass die beiden NAG-Begründer Angst um ihre Schüler

hatten. Nach Einbruch der Dunkelheit war es lebensgefährlich, das Heimgelände zu verlassen. Nicole Wick Thakuri und ihr Mann machten sich deshalb auf die Suche nach einer neuen, sicheren Unterkunft, und sie hatten Glück: In Tokha, im Norden von Katmandu, entdeckten sie eine kleine, ehemalige Teppichfabrik in ländlicher Umgebung. Und zum zweiten Mal stand das Glück auf ihrer Seite: Als Reaktion auf einen Zeitungsbericht über das NAG erhielt die Stiftung genau zum richtigen Zeitpunkt jene Zuwendungen, welche nötig waren, um die alte Fabrik und das dazugehörige Land zu erwerben. Mit dem Umbau und der Sanierung des Gebäudes wurde im Jahr 2006 begonnen, wobei Nicole Wick Thakuri ihre Kenntnisse als Tiefbauzeichnerin sehr zu Hilfe kamen. Mit Unterstützung eines Stiftungsmitglieds konnte sogar die prekäre Abwassersituation umweltfreund-

lich gelöst werden, und dank der namhaften Spende eines Bauunternehmers wurde ein grosses, leeres Wasserbassin zum Spielplatz umfunktioniert. Bis Ende 2007 werden voraussichtlich alle Sanierungsarbeiten beendet sein. Ein vorläufiges Happy End also für die Schüler und Bewohner des NAG. Dem engagierten Ehepaar und den nepalesischen Strassenkindern ist zu wünschen, dass sie auch weiterhin die notwendige Unterstützung erhalten, um dieses beispielhafte Projekt weiterführen zu können. ♦

Gabi Rosenberg

Im Fink 4

8800 Thalwil

E-Mail: gabi.rosenberg@datacomm.ch