



Liebe Leserinnen und Leser,

Sie haben es sicher in den Nachrichten gehört oder in der Zeitung gelesen: Der Bundestag hat eine Apothekenreform beschlossen. Mit dem Apothekenversorgung-Weiterentwicklungsgesetz werden Schritte unternommen, die öffentlichen Apotheken vor Ort zu stärken und ihre Rolle in der Gesundheitsversorgung sinnvoll zu erweitern. Bei unserem diesjährigen Selbsthilfegruppentreffen im April haben wir darüber gesprochen und wie es scheint, sind einige unserer Wünsche in Erfüllung gegangen. Sogar die Honorarerhöhung wurde endlich in Angriff genommen. Sie kommt zwar langsam und in Etappen – aber sie kommt!

Die Reform ist ein wichtiger und richtiger Schritt, um die Gesundheitsversorgung in Deutschland mit der Kompetenz unserer Apotheken zukunftsorientiert aufzustellen. Wir begrüßen besonders, dass Apotheken künftig zusätzliche Leistungen wie Präventionsangebote, Schnelltests oder ein erweitertes Impfangebot anbieten dürfen. Dadurch werden Patientinnen und Patienten schneller versorgt und Arztpraxen spürbar entlastet.

In diesem Newsletter möchte ich Ihnen erläutern, dass die gesetzlichen Zuzahlungen, die Sie als Patient:innen in der Apotheke leisten, kein Teil des Apothekenhonorars sind. Diese Beträge gehören der Krankenkasse und gehen auch genau dorthin.

Außerdem haben wir für Sie wichtige und aktuelle Gesundheitsthemen vorbereitet: Wie gelingt der Weg aus der Nikotinsucht? Was hilft gegen schwere Beine im Sommer und wie gehen wir mit dem Schwitzen bei Hitze um?

Informative Lektüre wünscht Ihnen

Ihre

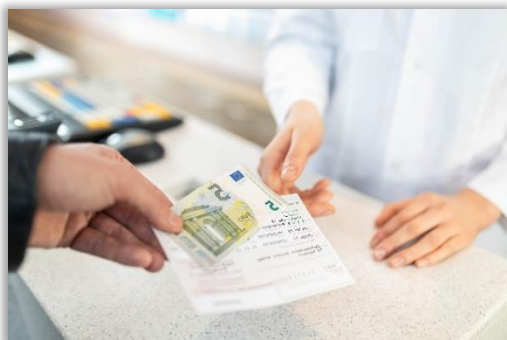
Friederike Habighorst-Klemm

Patientenbeauftragte

Die Themen der Ausgabe 3|2026

- [Wer bekommt eigentlich Ihre Rezeptgebühr?](#)
- [Neue pharmazeutische Dienstleistungen in der Apotheke](#)
- [Ab heute oben ohne – Rauchstopp mit Plan und Partner](#)
- [LAV trifft Selbsthilfe: Gemeinsam für die Versorgung vor Ort](#)
- [Schwitzen – wichtig für unseren Körper, aber oft unangenehm](#)
- [Hilfswerk sammelt: Ebola-Ausbruch im Kongo](#)

WER BEKOMMT EIGENTLICH IHRE REZEPTGEBÜHR?



Viele Patientinnen und Patienten sorgen sich aktuell wegen der geplanten Erhöhung der Zuzahlungen für verschreibungspflichtige Arzneimittel. Die Bundesregierung plant, die gesetzlichen Zuzahlungen anzuheben, um die finanzielle Situation der Krankenkassen zu verbessern.

Die Zuzahlung beträgt grundsätzlich 10 Prozent des Arzneimittelpreises – mit einem gesetzlich festgelegten Mindest- und Höchstbetrag. Derzeit

liegt die Zuzahlung bei mindestens 5 Euro und höchstens 10 Euro. Künftig könnten mindestens 7,50 Euro und höchstens 15 Euro fällig werden. Für ein Medikament im Wert von 30 Euro würden Patientinnen und Patienten dann statt bisher 5 Euro künftig 7,50 Euro zahlen.

Wichtig zu wissen: Die Apotheke behält dieses Geld nicht. Sie zieht die gesetzlich vorgeschriebenen Zuzahlungen lediglich ein und leitet sie an die Krankenkassen weiter. Diese Beträge sind KEIN Teil des Apothekenhonorars!

Apotheken helfen Ihnen aber gerne dabei, mögliche Einsparmöglichkeiten zu prüfen. Fragen Sie nach, ob für Ihr Arzneimittel auch eine zuzahlungsfreie Alternative verfügbar ist. Menschen mit vielen Zuzahlungen, zum Beispiel chronisch Kranke, können sich unter bestimmten Voraussetzungen zudem von den Zuzahlungen befreien lassen. Informationen dazu erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse oder direkt in Ihrer Apotheke vor Ort.

Spar-Tipp: Holen Sie sich Ihre Dauer-Medikamente noch im Juni zu den alten Beträgen!

NEUE PHARMAZEUTISCHE DIENSTLEISTUNGEN FÜR IHRE VERSORGUNG

Mit der eingangs erwähnten Apothekenreform wurden auch fünf neue honorierte pharmazeutische Dienstleistungen (pDL) beschlossen. Die Kosten für diese pDL werden von den Krankenkassen übernommen. Neu ist, dass künftig alle pDL verordnungsfähig sein werden und zwei von den neu hinzugekommenen Dienstleistungen vom Arzt oder der Ärztin verordnet werden müssen.



Bereits bekannt sind:

- Bluthochdruck: Standardisierte Risikoerfassung bei Bluthochdruck
- Inhalativa: Üben der Inhalationstechnik zum Beispiel bei Asthmasprays

- Medikamentencheck: Erweiterte Medikationsberatung bei Polymedikation
- Orale Krebstherapie: Betreuung bei Einnahme von Krebsmedikamenten
- Organtransplantation: Beratung nach Organtransplantation

Dazu kommen sollen in Zukunft folgende pDL, die ersten beiden werden verordnungspflichtig sein:

- Pharmazeutisches Medikationsmanagement bei komplexer Dauermedikation,
- Pharmazeutisches Medikationsmanagement bei neuer Dauermedikation,
- Beratung mit Messungen zu Risikofaktoren von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes mellitus,
- Beratung in Form einer Kurzintervention zur Prävention tabakassoziierter Erkrankungen,
- Erweiterte Einweisung in die korrekte Arzneimittelanwendung mit Autoinjektoren (zum Beispiel für Injektions-Pens für Allergiker)

Auf der Internetseite <https://pharmazeutische-dienstleistungen.de/> erfahren Sie mehr über die pDL.

AB HEUTE OBEN OHNE – RAUCHSTOPP MIT PLAN UND PARTNER



Zum Weltnichtrauchertag am 31. Mai haben wir daran erinnert, wie wichtig ein Rauchstopp für die Gesundheit ist. Rauchen erhöht unter anderem das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfälle, COPD und Lungenkrebs. Doch den Ausstieg aus der Nikotinabhängigkeit muss niemand alleine schaffen. Apotheken vor Ort unterstützen Raucherinnen und Raucher auf dem Weg in ein rauchfreies

Leben – mit persönlicher Beratung, passenden Entwöhnungshilfen und praktischen Tipps für den Alltag. Dazu gehören zum Beispiel Nikotinpflaster, Kaugummis oder Sprays, die helfen können, Entzugssymptome zu lindern und Rückfälle zu vermeiden.

Neben geeigneten Produkten spielt auch die Motivation eine wichtige Rolle. Ein klarer Plan, Unterstützung durch Familie oder Freunde und kleine Belohnungen für erreichte Ziele können helfen, dauerhaft rauchfrei zu bleiben. Wichtig ist dabei auch: Rückschläge bedeuten nicht das Scheitern. Jeder Schritt weg von der Zigarette zählt.

Weitere Informationen und Tipps rund um den Rauchstopp finden Sie auf der [Homepage des Landesapothekerverbands Baden-Württemberg](#). Außerdem haben wir zu diesem Thema auch einen interessanten Podcast aufgenommen. [Hören Sie doch mal rein!](#)



Bitte scannen

LAV TRIFFT SELBSTHILFE: GEMEINSAM FÜR DIE VERSORGUNG VOR ORT



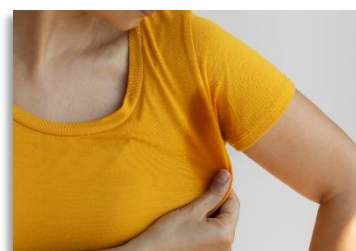
Beim diesjährigen Treffen der Selbsthilfegruppen und Patientenorganisationen mit der Patientenbeauftragten Friederike Habighorst-Klemm im LAV standen die geplante Apothekenreform, die Stabilisierung der GKV-Financen und auch die pharmazeutischen Dienstleistungen der Apotheken im Mittelpunkt. Die Teilnehmenden diskutierten dabei auch die Folgen für die Versorgung chronisch kranker Menschen, die auf eine wohnortnahe Arzneimittelversorgung, persönliche Beratung und verlässliche Ansprechpartner vor Ort angewiesen sind.

„Gerade diese Gruppe und ältere Menschen spüren die Auswirkungen von Lieferengpässen oder immer weiteren Wegen zur nächsten Apotheke besonders stark“, berichteten die Zuhörenden. Große Einigkeit bestand darüber, dass Apotheken ein unverzichtbarer Bestandteil der Gesundheitsversorgung bleiben müssten. Die Vertreterinnen und Vertreter der Selbsthilfegruppen zeigten sich solidarisch mit den Apotheken vor Ort und unterstützten die Forderung nach einer politischen Stärkung der wohnortnahen Versorgung. Aus den Reihen der Patientenorganisationen kam zudem der Appell, sich gemeinsam gegenüber den politischen Entscheidungsträgern für den Erhalt der Apotheken einzusetzen.

SCHWITZEN – WICHTIG FÜR UNSEREN KÖRPER, ABER OFT UNANGENEHM

Wenn die Temperaturen steigen, kommen viele Menschen schnell ins Schwitzen. Manche schon bei kleinen Anstrengungen, andere selbst bei großer Hitze kaum. Doch warum ist das eigentlich so? Und wann wird Schwitzen unangenehm?

Schwitzen ist zunächst etwas ganz Natürliches und sogar lebenswichtig. Unser Körper nutzt Schweiß, um sich abzukühlen und vor Überhitzung zu schützen. Verdunstet der Schweiß auf der Haut, entsteht ein kühlender Effekt. Besonders bei warmem Wetter, körperlicher Aktivität oder Stress arbeitet dieses körpereigene Kühlsystem auf Hochtouren.



Wie stark Menschen schwitzen, ist sehr unterschiedlich und individuell. Veranlagung, Alter, Hormone, Körpergewicht oder auch die persönliche Fitness spielen dabei eine große Rolle. Auch scharfes Essen, bestimmte Medikamente oder seelische Belastungen können die Schweißproduktion beeinflussen.

Der Schweiß selbst riecht übrigens zunächst fast gar nicht. Der typische unangenehme Geruch entsteht erst, wenn Hautbakterien den Schweiß zersetzen. Gegen Schweißgeruch helfen oft schon einfache Maßnahmen im Alltag: regelmäßiges Waschen, luftige Kleidung aus

Naturfasern und ein häufiger Wechsel verschwitzter Kleidung. Deodorants helfen dabei, Gerüche zu überdecken oder Bakterien zu reduzieren. Antitranspirantien können zusätzlich die Schweißbildung verringern. Wichtig ist auch eine gute Fußhygiene, besonders im Sommer.

Wer plötzlich sehr stark schwitzt oder unter extremem Schwitzen leidet, sollte die Ursache ärztlich abklären lassen. Dahinter können in manchen Fällen Erkrankungen oder hormonelle Veränderungen stecken.

Fakt oder Mythos: Welche Hausmittel gegen das Schwitzen und den unangenehmen Geruch wirklich helfen

- **Salbeitee trinken:** Die ätherischen Öle des Salbeis können die Schweißproduktion regulieren und beruhigen das Nervensystem. Um eine Wirkung zu erzielen, sollten täglich 2-3 Tassen Salbei-Arzneitee aus der Apotheke getrunken werden. Wer ihn nicht mag, kann auf Salbeidragees zurückgreifen.
- **Zitronensaft** stoppt das Schwitzen. Der Saft der Zitrone wirkt zwar leicht zusammenziehend und auch leicht antibakteriell und kann so Geruch etwas reduzieren, ist aber auf rasierter Haut sehr unangenehm und kann die Haut reizen. Außerdem ist die Wirkung bei starkem Schwitzen nicht ausreichend.
- **Weniger trinken**, um weniger zu schwitzen: Zu wenig Flüssigkeit belastet den gesamten Körper und kann die Temperaturregulation eher verschlechtern. Das ist keine sinnvolle Strategie gegen Schwitzen, sondern kann für den Körper sogar gefährlich werden.



HILFSWERK EBOLA-AUSBRUCH IM KONGO: HELFEN SIE MIT!

Die Demokratische Republik Kongo erlebt derzeit einen schweren Ebola-Ausbruch. Die Zahl der Verdachts- und Todesfälle steigt kontinuierlich, während Ärzt:innen, Pflegekräfte und Hilfsorganisationen unter schwierigsten Bedingungen versuchen, die Ausbreitung der Krankheit einzudämmen.



Deshalb unterstützt das Hilfswerk der baden-württembergischen Apothekerinnen und Apotheker die Ebola-Nothilfe von action medeor und bittet Sie herzlich um Ihre Unterstützung. Jeder Beitrag hilft dabei, medizinisches Personal zu schützen, die Versorgung der Bevölkerung sicherzustellen und die weitere Ausbreitung des Virus einzudämmen.

Der langjährige Partner des Hilfswerks, action medeor, hat bereits Soforthilfe geleistet und versorgt die betroffenen Regionen mit dringend benötigten Hilfsgütern wie Schutzanzügen, Handschuhen, Masken, Desinfektionsmitteln und medizinischer Ausrüstung. Doch der Bedarf wächst täglich.

Bitte unterstützen Sie die Ebola-Nothilfe mit Ihrer Spende.

**Spendenkonto des Hilfswerks der
baden-württembergischen Apothekerinnen und Apotheker**

IBAN: DE51300606010006414141

BIC: DAAEDED

Verwendungszweck: Ebola-Hilfe Kongo

