

DER SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG

Ein Unternehmen kann nur erfolgreich sein, wenn sich Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wohl fühlen und sich weiterentwickeln können. Für die Topwell-Apotheken AG (TWAG) ist das Team der Schlüssel zum Erfolg. Entsprechend werden Mitarbeitende umfassend ausgebildet, gefördert und unterstützt.



«Ich bin stolz auf das ganze Topwell-Team» so Markus Wetter, Bereichsleiter HRM und Mitglied der Geschäftsleitung der Topwell-Apotheken AG.

Was bietet die TWAG als Arbeitgeberin ihren Mitarbeitenden?

Markus Wetter: «Wir bieten nicht nur interessante Tätigkeiten in einer ansprechenden und modernen Arbeitsplatzumgebung, sondern auch attraktive Anstellungsbedingungen verbunden mit einer fairen und der Funktion entsprechenden Entlohnung. Grossen Wert legen wir auf die Zusammenarbeit im Team, denn dies ist der Schlüssel zum Erfolg. Dabei sollen alle offen, team- und dienstleistungsorientiert miteinander umgehen. Ebenso essenziell ist für uns, dass sich die Mitarbeitenden entfalten und einbringen können, denn nur dann kann sich auch das

Unternehmen im Sinne einer lernenden Organisation weiterentwickeln. Um dies sicherzustellen, haben wir unter anderem die Weiterbildungsplattform TopProfessional geschaffen.

Ein weiteres strategisches Instrument ist für uns die Mitarbeiterzufriedenheitsumfrage, die wir im Februar 2017 bereits zum dritten Mal durchführen. Jede Führungskraft bespricht jeweils das Resultat respektive das identifizierte Chancenpotenzial mit seinen Mitarbeitenden. Anschliessend werden im Team gemeinsame Verbesserungsmassnahmen definiert und umgesetzt. Das bringt Nachhaltigkeit und eine Verbesserung der Zufriedenheit mit sich.

Gibt es auch Bestrebungen, das Angebot künftig noch interessanter zu gestalten?

Wir haben zusammen mit unseren Geschäftsführerinnen und Geschäftsführern ein neues Vergütungsmodell entwickelt, das breit abgestützt ist. Seit Anfang Jahr beträgt beispielsweise der Mindestmonatslohn für Pharma-Assistentinnen 4000 Franken und für Apotheker 7000 Franken. Zudem bauen wir das Angebot von TopProfessional laufend aus und haben neu den Expertenzirkel ApoTop lanciert.

Was genau beinhaltet ApoTop?

Um den regionalen fachtechnischen Austausch unter unseren Apothekern zu fördern, gibt es einen Expertenzirkel, der sich regelmässig trifft und sich über aktuelle oder strategische Themen in der Gesundheitsbranche austauscht. ApoTop ist für die Standorte das Bindeglied zur Geschäftsleitung und ermöglicht einen stärkeren und wertgeschätzten Einbezug unserer Mitarbeitenden in Unternehmensentscheidungen. Der Zirkel soll in Eigenverantwortung Aufgabenstellungen suchen, Verantwortung für die Problemlösung tragen und selbstständig umsetzen.

Was macht es besonders attraktiv, bei der TWAG ein Geschäftsführer zu sein?

Geschäftsführerinnen und Geschäftsführer können spannende Aufgaben wahrnehmen: Sie führen ihr Team und sind verantwortlich für die kontinuierliche Weiterentwicklung der Mitarbeitenden und der Apotheke. Sie verfügen über die notwendigen Kompetenzen und können sich innerhalb von gegebenen Rahmenbedingungen frei bewegen. In ihren vielfältigen Aufgaben unterstützt sie der Hauptsitz mit Fachpersonen aus den Bereichen Marketing, Human Resources Management, Finanz- und Rechnungswesen sowie Unternehmensentwicklung.

Was umfasst TopProfessional?

TopProfessional umfasst insgesamt rund 250 Weiterbildungsmodule in den für die Topwell-Apotheken AG relevanten Kernkompetenzen. Sie sind einerseits auf die Unternehmensziele und



VITAMIN D: SICHERE MONATSDOSIS

Vitamin D mit einem monatlichen Bolus statt täglich mit Tropfen zu supplementieren, kann für viele vorteilhaft sein. Vorausgesetzt, man vermeidet Megadosen. Ein Gespräch mit der Vitamin-D-Forscherin und Altersmedizinerin Prof. Heike A. Bischoff-Ferrari.

Text: Jürg Lendenmann



Prof. Dr. med. DrPH Heike A. Bischoff-Ferrari ist Direktorin der Klinik für Geriatrie am UniversitätsSpital Zürich und Leiterin Zentrum Alter und Mobilität, USZ und Waidspital.

Warum ist in unseren Breitengraden die Vitamin-D-Supplementation im Winterhalbjahr so wichtig?

Heike Bischoff-Ferrari: Weil die Sonnenintensität nicht ausreicht, um Vitamin D ausreichend in der Haut zu produzieren. Vitamin D ist in jedem Alter wichtig, um eine gute Knochengesundheit zu gewährleisten. Es hilft aber ebenso, das Risiko für Stürze und resultierende Knochenbrüche zu vermindern, vor allem bei älteren Menschen mit Vitamin-D-Mangel. Dies geschieht vor allem auch über eine direkte Wirkung am Muskel, wo Vitamine über spezifische Rezeptoren vor allem die Unterhaltung der schnell kontrahierenden Typ-II-Muskelfasern unterstützt. Das sind jene Muskelfasern, die wir mit zunehmendem Alter verlieren, die aber wichtig sind, um schnell reagieren zu können.

Dieser Wirkungsmechanismus passt sehr gut zu den Studien, die belegen, dass Vitamin D das Sturzrisiko bei älteren Menschen mit Vitamin-D-Mangel vermindert. Diese Studien zeigen auch: Mit 800 Einheiten Vitamin D am Tag könnte jeder dritte Sturz und jeder dritte Hüftbruch vermieden werden. Das ist die Evidenz, auf die sich die heutigen Empfehlungen zur Supplementation bei Menschen im Alter 65+ stützen.

Es gibt aber auch Signale, dass eine Gabe von Vitamin-D und damit Korrektur des Vitamin-D-Mangels das Mortalitätsrisiko senkt. Das heisst: Vitamin D hat wahrscheinlich verschiedene positive Wirkungen auf die Gesundheit insgesamt, im Speziellen auch auf das Immunsystem und das Herz-Kreislauf-System. Diese zusätzlichen Wirkungen werden derzeit in der grossen DO-HEALTH Studie untersucht. Erste Ergebnisse liegen 2018 vor.

Warum kann eine Monatsdosis von Vitamin D sinnvoll sein?

In Spitälern, Pflegezentren, Alterszentren und für viele Menschen zu Hause ist es wertvoll, eine Supplementation monatlich und nicht täglich umsetzen zu können. Denn eine Monatsdosis vereinfacht die Durchführung dieser wichtigen präventiven Massnahme deutlich.

Es gibt aber auch ökonomische Gründe: Für das Pflegeteam ist es viel weniger aufwendig, eine Monatsdosis bereitzustellen, als täglich mehrere Minuten für das Verabreichen von Tropfen aufzuwenden.

Ein weiterer Vorteil ist auch, dass man mit einem gut verträglichen Bolus schwere Vitamin-D-Mangelzustände schneller und besser korrigieren kann. Denn wenn wir Vitamin D alternativ dazu täglich geben, erreichen wir einen stabilen Zielblutwert erst nach vier Halbwertszeiten, das heisst nach drei bis vier Monaten.

Warum ist die Indikation der «Vi-De 3»-Monatsdosis erst ab 70 Jahren zugelassen? Das BAG empfiehlt doch 800 IE/Tag (= 24 000 IE/Monat) schon für 60-Jährige.

Der Grund liegt im «Einschlussalter 70+» unserer Studie, die die Monatsdosis untersucht hat. Wir hatten das hohe Einschlussalter gewählt, um Patienten mit einem hohen Sturzrisiko und einem hohen Risiko eines Vitamin-D-Mangels einschliessen zu können. Aber auch, um besser belegen zu können, dass die Wirkung einen Vorteil bringt.

Aus meiner Sicht macht es sowohl mechanistisch wie auch physiologisch durchaus Sinn,

dass man diese Ergebnisse auch auf 60+-jährige Menschen beziehen kann.

Vitamin D3 soll auch in viel höheren Dosen verabreicht werden; man liest von 100 000 bis 500 000 IE. Was sagen Sie zu solchen Megadosen?

Wir hatten hohe Hoffnungen, mit den sehr hohen Boluskonzepten langfristige und bessere Wirkungen zu erreichen, vor allem bezogen auf die Sturzprävention und den Knochenstoffwechsel. In den Studien mussten wir jedoch sehen, dass ein höherer Monatsbolus bei älteren Menschen mit Sturzrisiko eher einen Nachteil bringt. Da auch die höheren Jahresdosierungen eine Zunahme des Sturzrisikos mit sich brachten, empfehlen wir die sehr hohen Bolus-Dosierungen nicht mehr.

Wir wissen heute, und dazu hat das Jahr 2016 einen relevanten Beitrag geleistet: Es gibt ein Dosis-Wirkungs-Profil von Vitamin D mit einem Zuwenig und einem Zuviel. Im Moment gilt es, in der Bevölkerung das Zuwenig zu korrigieren. Dies ist das primäre Ziel. Denn noch immer hat jeder Zweite einen Vitamin-D-Mangel. Wir sind uns international einig: Die Korrektur des Vitamin-D-Mangels ist ein wichtiges Ziel in der Knochenbruch und Sturzprävention. Eine einheitliche und sichere Empfehlung dazu sind die 800 Einheiten Vitamin D am Tag oder alternativ die 24 000 Einheiten im Monat.

Vitamin D3 ist doch neu als Hormon klassifiziert. Sollte man bei solch hochaktiven Molekülen nicht vorsichtig dosieren?

Wir sprechen neu vom Vitamin-D-Hormon, weil es verschiedene Organfunktionen beeinflusst und über einen eigenen Rezeptor agiert. Entsprechend ergibt es möglicherweise wie bei der Schilddrüse einen idealen therapeutischen Wert.

Als optimal sehen wir heute eine Konzentration zwischen 20 und 30 ng/ml 25-Hydroxyvitamin-D im Blut an. Mit den 800 IE am Tag oder den 24 000 IE im Monat haben wir eine 97-prozentige Wahrscheinlichkeit, in diesen Bereich zu kommen. //