

Quelle: lazarus.at/2023/07/17/risiken-falscher-einnahme-von-medikamenten-oft-unterschaetzt

Risiken falscher Einnahme von Medikamenten oft unterschätzt

☒ **Jede*r kennt diese Hinweise auf Beipackzetteln: „Medikament mit reichlich Flüssigkeit, vor dem Essen, nach dem Essen oder gemeinsam mit einer Mahlzeit einnehmen“. Dass diese Hinweise nicht als Tipp zur leichteren Einnahme gedacht sind, sondern pharmazeutische Anweisungen darstellen, ist vielen Menschen nicht bewusst. Das kann jedoch gefährlich werden.**



Dabei ist die Form der Einnahme entscheidend, ob das Medikament die gewünschte Wirkung erzielt oder ob unerwünschte Nebenwirkungen auftreten – im schlimmsten Fall sogar lebensbedrohliche. Untersuchungen zufolge nehmen 50 Prozent aller Patient*innen die ihnen verschriebenen Medikamente entweder überhaupt nicht, nur teilweise oder unvorschriftsmäßig ein. Mit dramatischen Folgen sowohl für das Gesundheitssystem als auch für die Patient*innen selbst: So basiert jede* vierte Krankenseinweisung auf einer fehlerhaften Medikamenten-Einnahme. Allein bei Herz-Kreislaufpatient*innen führt dies zu 4.000 Todesfällen pro Jahr.

Die Weltgesundheitsorganisation WHO schätzt, dass sich jeder zweite Patient

nicht an Beipackzettel oder ärztliche Anweisungen hält. Die Fehlerquellen sind vielfältig: Patient*innen nehmen keine oder die falschen Medikamente, sie nehmen die richtigen Medikamente in zu kleinen oder zu hohen Dosen, aufgrund von Alter und Vergesslichkeit in falschen Intervallen, vielleicht sogar doppelt oder dreifach. Gerade bei chronischen Krankheiten wie Tuberkulose, insulinpflichtiger Diabetes, Asthma und Grünem Star stellt dies jedoch das Hauptproblem der Behandlung dar.

Reichlich Flüssigkeit ermöglicht beste Wirksamkeit



Aufklärung zur richtigen Einnahme leistet Mag. Gunda Gittler (Bild), Leiterin der Apotheke der Barmherzigen Brüder Linz: „Auf vielen Beipackzetteln steht zum Beispiel der Hinweis ‘mit reichlich Flüssigkeit einnehmen’. Dieser wird häufig überlesen oder ignoriert. Doch eine ganze Reihe von Medikamenten enthält Säuren und die können die Speiseröhre verätzen, wenn die Kapseln oder Tabletten beim Schluckvorgang hängen bleiben. Zudem ist die Flüssigkeit notwendig, damit die Arznei rascher den Magen verlässt. Die (meisten) Arzneimittel müssen, um zu wirken, in den Darm gelangen. Dazu braucht der Magen ein Signal der Füllung. Das erreicht man durch das Trinken von mindestens 1/4 Liter Wasser“, weist Apothekenleiterin Mag.

Gunda Gittler auf die Notwendigkeit hin, sich genau über Einnahme-Modalitäten zu informieren.

Keinesfalls Tabletten teilen, um das Schlucken zu erleichtern

Tabletten dürfen nur nach Anweisung eines Arztes oder Apothekers geteilt werden, auch wenn das Schlucken schwer fällt. Ganz schlecht ist es, den Kopf beim Schlucken ruckartig nach hinten zu werfen. Dabei wird nämlich die Tablette

gegen den Gaumen gespült und dort abgebremst. Besonders problematisch ist die Einnahme von Arzneimitteln im Bett. Am besten ist es, den Kopf nach vorne zu beugen: Kinn gegen die Brust, bei ansonsten aufrechter Oberkörperhaltung. Durch die nach vorne gebeugte Kopfhaltung rutscht die Tablette direkt nach hinten in den Rachen.

Abbrechen der Behandlung

Von großem Nachteil ist ein grundloses, verfrühtes Abbrechen der Behandlung. Dies kann zu einem Wiederaufflackern der Krankheit oder einer gefürchteten Resistenz führen, z.B. bei einer Antibiotikatherapie gegen Infektionen.

Einnahme vor dem Essen

Vor dem Essen meint, dass der Wirkstoff in den leeren Magen gelangt, mit viel Wasser nachgespült wird und somit schnell in den Darm weiterbefördert wird. So kann die Arznei ihre volle Wirkung schnell entfalten. Ein weiterer Grund: Nahrung kann „Magensaft-resistente“ Tabletten unwirksam machen. Nehmen Sie Ihr Medikament mindestens 1 Stunde (!) vor dem Essen.

Einnahme während des Essens

Während des Essens werden Medikamente eingenommen, die z. B. magenschädlich sind und so kaum mit der Magenschleimhaut in Berührung kommen. Die Wirkung tritt erst verzögert ein, da der Wirkstoff im Essensgemisch nur langsam in Magen- und Darmwand gelangt, um von dort aufgenommen zu werden.

Einnahme nach dem Essen

Nach dem Essen bedeutet, dass das Essen den Magen bereits verlassen haben muss. Nehmen Sie Ihr Medikament mindestens 2 (!) Stunden nach dem Essen mit viel Wasser ein. Denn Nahrung kann diese Arzneien unwirksam machen. Ein wichtiges Beispiel dafür sind „Magensaft-resistente“ Tabletten. Sie haben einen Überzug, der nur auf leeren Magen stabil bleibt. Dieser Überzug dient entweder dazu das Medikament vor der aggressiven Magensäure zu schützen oder aber den Magen vor dem Medikament.

„Fragen nach, ob Einnahmehinweise verstanden wurden“

„Wir Apotheker*innen fragen daher beim Verkauf der Medikamente genau nach, ob die Einnahmehinweise des Beipackzettels verstanden worden sind. Vom Arzt angeordnete Gebrauchsanweisungen vermerken wir deutlich lesbar auf der Packung und wiederholen die Anweisungen auch mündlich, da manche Menschen eine bessere akustische Aufnahmebereitschaft besitzen“, so Gittler. Aufgeklebte Etiketten mit dem Namen der abgebenden Apotheke erleichtern den Patient*innen Rückfragen, falls nachträglich Unsicherheiten auftreten.

Auf Nummer sicher gehen: Verblisterte Medikamente aus der Apotheke

Für mehr Sicherheit in der Medikamenten-Einnahme bietet die Apotheke der Barmherzigen Brüder die sogenannte Medikamenten-Verblisterung an. Basierend auf dem Rezept des Arztes werden die Medikamenten sortiert und automatisiert nach dem jeweiligen Einnahmezeitpunkt abgepackt. Die Patient*innen können ihre Medikamente als Vorratssack für 14 Tage in der Apotheke bestellen und das zeitaufwändige oder fehlerhafte Einsortieren entfällt.