PATIENTENINFORMATION

Ein Service des

Sichere Arzneimitteltherapie

Oktober 2011

Quelle: Andrea Damm / pixelio.de

MEDIKAMENTE SICHER EINNEHMEN

Eine Diabetes-Patientin will sich ihr Mischinsulin aufziehen. Auf ihrem Nachttisch liegt versehentlich auch ihr Insulin-Pen, der ein schnellwirksames Insulin enthält. Die Patientin sieht schlecht und orientiert sich an der Farbe des Pens. Da beide Pens ähnlich aussehen, zieht sie den Pen mit dem schnellwirksamen (falschen) Insulin auf. Erst als ihr Blutzucker bei der Kontrolle sehr niedrig ist, fällt die Verwechslung auf.

LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

das hier beschriebene Beispiel hat sich genauso in einem Berliner Krankenhaus zugetragen. Es zeigt, was Sie vielleicht aus Ihrer eigenen Erfahrung kennen: Medikamente nach Vorschrift einzunehmen ist oft nicht einfach. Besonders, wenn Sie mehrere Medikamente anwenden, fällt es schwer, die Übersicht über das richtige Medikament, die richtige Dosierung zur richtigen Zeit zu behalten. Sie sind mit diesem Problem nicht alleine: Etwa ein Drittel der Patienten über 65 Jahre erhält vier oder mehr verschiedene Arzneimittel.

HÜRDEN BEI DER EINNAHME

Man schätzt, dass etwa die Hälfte der Patienten ihre dauerhaft verordneten Arzneimittel nicht richtig einnimmt. Ein zu umfangreicher Medikamentenplan, die Hektik des Alltags oder schlichtweg Vergesslichkeit können Gründe dafür sein. Etliche Patienten haben außerdem Probleme mit ihren Augen oder Händen, was die fachgerechte Einnahme zusätzlich behindert. Schwer fällt es Menschen auch, Medikamente zu nehmen, obwohl sie keine Beschwerden verspüren, etwa bei Bluthochdruck. Außerdem kann jedes Arzneimittel unerwünschte Wirkungen auslösen. So verursachen zum Beispiel ACE-Hemmer gegen Bluthochdruck unter Umständen Reizhusten. Manchmal setzen Patienten ihre Medikamente dann ab, ohne Rücksprache mit ihrem Arzt zu halten.

Die regelmäßige und korrekte Einnahme von Medikamenten ist für eine erfolgreiche Behandlung chronischer Erkrankungen, wie etwa Diabetes, oft entscheidend. So zeigen Studien, dass die unzureichende Einnahme von Medikamenten zu einer erhöhten Zahl von Krankenhausaufnahmen führt.

VORSICHT: REZEPTFREIE MEDIKAMENTE

Neben Ihren verordneten Medikamenten nehmen Sie vielleicht auch solche ein, die Sie ohne Rezept in der Apotheke oder der Drogerie erhalten. Diese Medikamente können ebenso Nebenwirkungen haben. So setzen zum Beispiel frei verkäufliche Schmerzmittel die Wirkung anderer Arzneimittel herab oder erhöhen sie. Manchmal reagieren auch bestimmte Lebensmittel mit Medikamenten. Einige Antibiotika wirken schwächer, wenn Sie bei ihrer Einnahme Milch trinken.

WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

Was ist wichtig für die richtige Anwendung Ihrer Medikamente, und was können Sie selbst dazu beitragen? Die folgenden Tipps sollen Sie dabei unterstützen:

- Gehen Sie regelmäßig zu Ihrem Arzt und reden Sie mit ihm. Er ist Ihr Hauptansprechpartner, wenn Sie Probleme oder Ängste bei der Einnahme Ihrer Medikamente haben. Wenn bei einer Behandlung mit einem Arzneimittel neue Beschwerden auftreten, sprechen Sie ihn darauf an. Weisen Sie ihn auch darauf hin, wenn Ihnen das Schlucken von Tabletten schwer fällt.

- Fragen Sie Ihren Arzt ruhig, ob Sie wirklich noch alle Medikamente brauchen. Studien zeigen: Je weniger Tabletten Patienten einnehmen müssen, umso besser klappt die Einnahme. Setzen Sie aber kein Medikament ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ab.

WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

■ Führen Sie eine Liste aller Medikamente, die Sie einnehmen – verordnete und selbst gekaufte. In dieser Aufstellung sollten Sie nicht nur Tabletten vermerken, sondern zum Beispiel auch Sprays, Tropfen oder Salben. Führen Sie Ihre aktuelle Liste stets bei sich.

■ Halten Sie sich daran, wenn Ihre Medikamente für eine genaue Uhrzeit vorgesehen sind. Bei manchen Medikamenten ist es wichtig, dass Sie sie vor, während oder nach einer Mahlzeit einnehmen. Ihr Arzt oder Apotheker kann Sie dazu beraten.

■ Binden Sie die Einnahme in Ihre tägliche Routine ein. Sie können Ihre Medikamente zum Beispiel immer vor dem Zähneputzen nehmen, oder immer abends zur Tagesschau.

■ Lassen Sie sich erinnern: Stellen Sie sich Ihren Wecker oder Ihr Mobiltelefon. Oder bitten Sie Angehörige oder andere Personen, Sie auf Ihre Medikamenteneinnahme hinzuweisen. Auch Merkzettel, etwa am Spiegel oder am Kühlschrank, können hilfreich sein.

■ Sofern Sie auf kompliziert anzuwendende Arzneimittel, wie Insulinspritzen, angewiesen sind, erkundigen Sie sich bei Ihrem Arzt nach speziellen Schulungen.

HILFSMITTEL

Hilfsmittel erleichtern die Arzneimittelanwendung und sind oft nicht teuer.

Bei Problemen mit Ihren Händen, etwa bei versteiften Fingergelenken, kommen zum Beispiel in Frage:

■ Tablettenausdrücker

■ Tablettenteiler

■ Verschlussöffner für Medikamentenflaschen

■ Dosierhilfen für Augentropfen

Sehschwachen Menschen kann Folgendes helfen:

■ Lupen, etwa Skalenlupen für Insulinspritzen

■ Applikationshilfen zum Einträufeln von Augentropfen

Bei Vergesslichkeit und zur besseren Übersicht eignen sich:

■ Medikamentendosierer mit Tages- oder Wochenunterteilungen, bei denen Sie sehen, ob Sie eine Dosis schon eingenommen haben. Wahlweise gibt es diese auch mit Erinnerungsalarm.

MEHR INFORMATIONEN

Thema „Sichere Arzneimitteltherapie“:
Eine Auswahl geprüfter Informationen zum Thema „Sichere Arzneimitteltherapie“ finden Sie unter dem Suchwort „Arzneimittel“ auf:
http://www.patienten-information.de

Quellen:
Der Inhalt dieser Information beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Forschungsergebnissen und Empfehlungen für Patienten von Patienten sowie auf einem Fallbericht aus dem Bericht- und Lernsystem Netzwerk CIRS-Berlin.

Alle benutzten Quellen finden Sie hier:
http://www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten/sichere-arzneimitteltherapie/quellen

Verantwortlich für den Inhalt:
Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)
Gemeinsames Institut von BÄK und KBV
Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555
E-Mail: patienteninformation@azq.de

Mit freundlicher Unterstützung
der Kassenärztlichen Bundesvereinigung

KBV Kassenärztliche Bundesvereinigung

Mit freundlicher Empfehlung