



Medikamentöse Therapie

Checkliste

Grundsätze

- Lesen Sie vor der Einnahme der Medikamente nochmals den Beipackzettel und bewahren Sie diesen unbedingt bis zum Ende der Therapie auf. So können Sie beim Auftreten von unerwünschten Nebenwirkungen nachlesen, ob diese bereits beschrieben sind.
- Ihr Arzt muss wissen, welche Tabletten Sie zusätzlich auch ohne Verordnung einnehmen. Dies hilft ihm zu klären, ob sogenannte Wechselwirkungen zwischen den verschiedenen Medikamenten möglich sind. Geben Sie alle Medikamente an, die Sie einnehmen – auch selbstgekauft wie Schmerzmittel oder Naturheilmittel.
- Klären Sie bei jeder Neuverordnung mit Ihrem Arzt, ob Sie gegebenenfalls ein anderes Medikament absetzen können.
- Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, ob gegebenenfalls ein Generikum eingesetzt werden kann. Die Wirkstoffinhalte entsprechen dem Originalmedikament. Sie sparen jedoch beim Selbstbehalt.
- Halten Sie die Verordnungen des Arztes bezüglich Dosierung und Einnahmeintervalle ein und setzen Sie keinesfalls auf eigene Faust die Dosis herauf oder herab.
- Achten Sie auf Informationen im Beipackzettel, die eine Einschränkung der Wirkung beschreiben (z. B. Verhütungspille und Penicillin, Grapefruitsaft und Blutdruckmedikamente, etc.).
- Wenn Ihre Beschwerden unter der Therapie nicht besser oder schlimmer werden oder Sie zusätzliche Symptome wahrnehmen, konsultieren Sie Ihren Arzt.
- Lagern Sie Ihre Medikamente entsprechend der Beschreibung im Beipackzettel.
- Lassen Sie sich vorerst eine kleine Packungsgröße verschreiben, wenn Sie ein neues Medikament verordnet erhalten. Wirkt das Medikament wie vorgesehen und vertragen Sie es gut, können Sie auf eine grössere Packung wechseln.

Medikamenteneinnahme

- Wenn Sie unter motorischen Einschränkungen leiden (z. B. Versteifungen oder Zittern der Finger) und unter Umständen Probleme mit der verordneten Darreichungsform haben (z. B. bei Tropfen), bitten Sie Ihren Arzt um eine andere Darreichungsform des Medikamentes. Dies ist in sehr vielen Fällen möglich!
- Informieren Sie Ihren Arzt, wenn Sie unter Schluckproblemen leiden, damit er Ihnen wenn möglich Tropfen oder Suspensionen verordnen kann.
- Zermörsern Sie keine Tabletten und öffnen Sie keine Kapseln. Das könnte die Wirkungsweise dieser Medikamente verändern. Tabletten, die Sie zerteilen dürfen, haben eine entsprechende Rille.
- Nehmen Sie Tabletten, Kapseln oder Dragees nicht im Liegen ein und schlucken Sie diese mit ausreichend Wasser. So minimieren Sie das Risiko, dass Medikamente in der Speiseröhre steckenbleiben.

Flüssige Medikamente sollen in der Regel vor dem Gebrauch für eine gute Durchmischung der Inhaltsstoffe sanft geschüttelt werden.

Nehmen Sie orale Medikamente möglichst mit Wasser ein und nicht mit Fruchtsäften, Kaffee, Tee oder Milch.

Richtiger Zeitpunkt und Anwendungsdauer

Die meisten Medikamente müssen, damit Sie optimal wirken können, zu einem bestimmten Zeitpunkt eingenommen werden.

In der Regel wirken Medikamente am besten, wenn sie auf nüchternen Magen eingenommen werden.

Medikamente, die Magenprobleme verursachen können (z. B. Schmerzmittel) sollten jedoch besser mit den Mahlzeiten eingenommen werden. So sind sie besser verträglich.

Bei manchen Medikamenten ist es wichtig, das Einnahmeintervall einzuhalten (z. B. alle sechs oder zwölf Stunden).

Bei einigen Medikamenten – wie z. B. Antibiotika – ist es entscheidend, dass sie über einen bestimmten Zeitraum konsequent eingenommen werden und keinesfalls abgesetzt werden, nur weil die Symptome sich verbessert haben. (Resistenzentwicklung!)

Wird ein Medikament innerhalb von etwa 20 Minuten erbrochen, hat es unter Umständen keine Wirksamkeit entfaltet. In diesem Fall sollten Sie Ihren Arzt kontaktieren und nachfragen, ob Sie die Dosis wiederholen sollen.

Wechselwirkung mit gewissen Nahrungsmitteln

Diuretika («Wassertabletten») und Lakritze
Bei der Einnahme von Diuretika (Medikamente, die den Körper entwässern) sollte auf Lakritze verzichtet werden, da Muskelschwäche, Schläfrigkeit, schwächere Reflexe und erhöhter Blutdruck auftreten können.

Asthmamedikamente und schwarzer Pfeffer bzw. tanninhaltige Lebensmittel (z. B. Schwarztee, Grüntee, Walnuss, Himbeere)
Durch den Genuss von schwarzem Pfeffer oder tanninhaltigen Lebensmitteln wird der Abbau des Wirkstoffs Theophyllin in bestimmten Asthmamedikamenten gehemmt. So kann es zur Überdosierung des Medikamentes kommen.

Antibiotika und Koffein
Bestimmte Antibiotika können den Abbau von Koffein hemmen und somit Symptome wie Herzrasen, Erregungszustände und Schlafstörungen verursachen. Verzichten Sie deshalb während einer Antibiotikatherapie auf Getränke wie Kaffee, Tee oder Cola.

Bluthochdruckmittel, Schmerzmittel, Schlafmittel, Antihistaminika und Grapefruitsaft/Bitterorangen
Grapefruits und Bitterorangen enthalten Stoffe, die die Wirkung der obengenannten Medikamentengruppen erhöhen können. Massiver Blutdruckabfall, Herzrasen oder Herzrhythmusstörungen können mögliche Folgen sein.

Eisenpräparate und Koffein
Medikamente gegen Blutarmut sind nutzlos, wenn Sie zusammen mit Kaffee oder Tee eingenommen werden. Deshalb sollte zwei Stunden vor und nach der Einnahme auf Kaffee oder Tee verzichtet werden.

Antibiotika und Milchprodukte
Bei bestimmten Antibiotika-Therapien verursacht das Kalzium in Milchprodukten eine Wirkungsminderung. Aus diesem Grund wird empfohlen, Milchprodukte frühestens zwei Stunden nach der Einnahme von Antibiotika zu verzehren.

