



zeitversetzt einzunehmen. In seltenen Fällen vertragen sich Medikamente aber auch überhaupt nicht. Fragen Sie insbesondere bei Neuverordnungen Ihren Arzt oder Apotheker nach der Verträglichkeit mit Ihren sonst noch eingenommenen Medikamenten.

Warum erhalte ich nach der Krankenhausentlassung nicht die gleichen Medikamente wie im Krankenhaus?

Viele Krankenkassen haben Rabattverträge mit bestimmten Arzneimittelherstellern. Ihre Versicherten erhalten daher nur Präparate dieser Firmen. Wenn mehrere Firmen für einen Wirkstoff zur Auswahl stehen, sollten Sie darauf achten, dass Sie möglichst das gleiche Medikament bekommen. Krankenhäuser haben auch nur eine begrenzte Auswahl an Medikamenten vorrätig. Daher werden Sie bei der Aufnahme häufig medikamentös umgestellt. Einige Medikamente müssen auch nur während des Krankenhausaufenthaltes eingenommen werden.

Welche Unverträglichkeiten/Allergien habe ich?

Sind Ihnen Allergien bekannt, oder sollten Sie bei sich schon einmal Unverträglichkeiten gegenüber bestimmten Medikamenten, Hilfsstoffen oder Nahrungsmitteln festgestellt haben,

z. B. Milchzucker, Alkohol, bestimmte Konservierungsmittel, so ist es wichtig, sich einen entsprechenden Medikamentenpass oder Allergiepass ausstellen zu lassen und diesen im Bedarfsfall Ihrem Arzt oder im Krankenhaus vorzulegen.

Was muss ich bei Vorliegen einer Suchterkrankung beachten?

Manche Medikamente haben ein Abhängigkeitspotential, daher sollten Menschen mit Suchterkrankungen ihre Ärzte in jedem Fall darauf hinweisen.

Welche Informationsquellen sind für mich empfehlenswert?

Heutzutage werden viele Informationsquellen auch über die Medien angeboten. Wichtig ist hierbei, dass Sie nur seriösen Quellen vertrauen. Gute Anlaufstellen sind Ärzte, Apotheken, Selbsthilfegruppen oder Krankenkassen. Informationen aus dem Internet sollten Sie sorgfältig auf ihre Seriosität prüfen. Hilfestellung hierzu finden Sie unter www.patienten-information.de, Menü Wegweiser für Nutzer | Informationsqualität | Checkliste.

Impressum:

Apothekerverband Köln e.V.
Gustav-Heinemann-Ufer 92
50968 Köln-Bayenthal
www.apothekerverband-koeln.de
apothekeverband-koeln@t-online.de

ViSdP: Apothekerin Iris Zeien, Auf der Driesch 9, 51107 Köln.

Risiken & Nebenwirkungen?



Was Sie selbst für den sicheren Umgang mit Ihren Medikamenten tun können.

Im Auftrag der kommunalen Gesundheitskonferenz Köln:



Gesundheitsamt der Stadt Köln



Apothekerverband Köln e.V.



Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln



AG Selbsthilfe im Paritätischen



Gesundheitsladen Köln e.V.

Liebe Patientinnen und Patienten,

jeder von uns ist auf Medikamente angewiesen – sei es vorübergehend oder dauerhaft. Arzneimittel haben einen Nutzen, bergen aber auch Risiken. Zudem hängt der Erfolg jeder Arzneimitteltherapie wesentlich von der bewussten Mitwirkung der Patientinnen und Patienten ab. Im Falblatt finden Sie die wichtigsten und am häufigsten gestellten Fragen, die im Zusammenhang mit der Einnahme von Medikamenten auftreten. Die Beantwortung dieser Fragen kann Ihnen helfen, selbständig und eigenverantwortlich mit Ihren Medikamenten umzugehen. Wann immer Sie jedoch Zweifel, Unklarheiten oder noch weitere offene Fragen haben, holen Sie sich bitte fachkundigen Rat ein. Ihr Arzt oder Ihr Apotheker wird Ihnen gern die gewünschte Auskunft geben. Zögern Sie nicht, diese Hilfe bei Bedarf in Anspruch zu nehmen.

Wie heißen meine Medikamente bzw. deren Inhaltsstoffe?

Gleiche Arzneimittelwirkstoffe sind sehr oft unter verschiedenen Namen im Handel. Deshalb ist es wichtig, neben dem Namen auch den Inhaltsstoff Ihres Arzneimittels zu kennen. So vermeiden Sie, unbeabsichtigt den gleichen Wirkstoff doppelt einzunehmen.

Wofür bzw. wogegen helfen meine Medikamente?

Gerade wenn Sie mehrere Arzneimittel einnehmen müssen, ist es wichtig zu wissen, welches Medikament gegen welche Erkrankung bzw. gegen welche Beschwerden eingesetzt wird.

Wann – wie oft muss ich meine Arzneimittel einnehmen?

Bei einigen Medikamenten (z. B. Antibiotika, Parkinsonmittel, Antiepileptika) ist es wichtig, die Einnahme so über den Tag zu verteilen, dass sie gleichmäßig wirken können. Hier heißt:

- 1 x tgl. → alle 24 Std. (jeden Tag zum gleichen Zeitpunkt)
- 2 x tgl. → alle 12 Std.
- 3 x tgl. → alle 8 Std. (usw.)

Tablettendosen mit einem Klingelton – in der Apotheke erhältlich – können Sie dabei unterstützen.

Manchmal gibt es das Medikament als Retardtablette, die den Wirkstoff verzögert über den ganzen Tag freisetzt. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, ob dies in Ihrem Fall möglich ist. So müssen Sie nur einmal statt mehrmals an Ihre Tabletteneinnahme denken.

Wie lange muss ich meine Medikamente einnehmen?

Manche Medikamente muss man auf Dauer einnehmen (z.B. Medikamente gegen Bluthochdruck), andere nur so lange Beschwerden bestehen (z.B. Schmerz- oder Fiebermedikamente), wiederum andere so lange bis die Packung zu Ende ist (z.B. Antibiotika).

Nehme ich meine Medikamente vor / während / nach dem Essen?

Manche Medikamente wirken besser oder schlechter, langsamer oder schneller, je nachdem, ob man sie mit dem Essen oder auf leeren Magen einnimmt. **Vor dem Essen** bedeutet 1/2 Std. Abstand zum Essen. **Zum Essen** bedeutet während des Essens oder sofort danach.

Muss ich besondere Verhaltensweisen bei der Einnahme beachten?

Manche Medikamente können die Speiseröhre reizen, insbesondere Medikamente für die Knochendichte. Dann ist es wichtig, dass Sie sich nach der Einnahme nicht mehr hinlegen und eine ausreichende Menge Flüssigkeit dazu trinken. So stellen Sie sicher, dass die Tablette nicht in der Speiseröhre stecken



bleibt. Auch bei Arzneimitteln zur Inhalation kann man durch die richtige Inhalieretechnik die Wirkung verbessern. Lassen Sie sich die richtige Technik genau erklären.

Darf ich meine Tabletten teilen?

Nicht alle Medikamente darf man teilen, auch wenn sie eine Bruchrille haben. Sollte keine Information zur Teilbarkeit im Beipackzettel stehen, ist Ihr Apotheker der richtige Ansprechpartner. Tablettenteiler sind wichtige Hilfsmittel hierzu. Sie bekommen sie in Ihrer Apotheke.

Mit welchen Nahrungsmitteln / Getränken darf ich meine Medikamente nicht einnehmen?

Was wir essen und trinken kann die Wirkung von Arzneimitteln beeinflussen. Manche Nahrungsmittel führen dazu, dass ein Arzneimittel weniger oder überhaupt nicht, in einigen Fällen aber auch verstärkt wirkt. Oft reicht es schon, 2 Stunden Abstand zwischen der Einnahme des Arzneimittels und dem Essen einzuhalten. Am besten ist es, die Medikamente mit Leitungswasser einzunehmen und zwar mit einer ausreichenden Menge (mind. 0,2L).

Was muss ich über Nebenwirkungen wissen?

Die in der Packung genannten Nebenwirkungen können zwar, müssen aber nicht auftreten, da jeder Mensch unterschiedlich auf Medikamente reagiert. Allergiker sollten aber die Packungsbeilage besonders gründlich lesen. Es gibt Medikamentengruppen, bei denen Nebenwirkungen häufiger auftreten oder ernsthaftere Auswirkungen haben. Im Zweifelsfall beraten Sie sich mit Ihrem Arzt oder Ihrem Apotheker, ob die Nebenwirkungen für Sie akzeptabel sind oder ob es Alternativen gibt.

Schränken meine Medikamente meine Reaktionsfähigkeit ein?

Manche Medikamente schränken Ihre Reaktionsfähigkeit ein oder machen müde. Deshalb dürfen Sie bei Einnahme z.B. kein Auto fahren oder keine Maschinen bedienen.

Welche meiner Medikamente darf ich gleichzeitig einnehmen, welche nicht?

Nicht alle Medikamente vertragen sich untereinander. Sie können sich gegenseitig in ihrer Wirkung aufheben oder verstärken. Meist reicht es dann aus, die Medikamente