



Medikamenteneinnahme

Die Art und Weise wie ein Arzneimittel eingenommen wird ist von entscheidender Bedeutung für den Therapieerfolg. Nachfolgende Information sowie Arzt, Apotheker und die Gebrauchsinformation informieren Sie darüber, was Sie bei der Einnahme beachten sollen.



„**Mit reichlich Flüssigkeit**“ bedeutet, dass das Medikament mit ca. ¼ Liter klarem Wasser einzunehmen ist. Gründe: Für den Weitertransport des Arzneimittels in den Dünndarm benötigt der Magen ein „Signal der Füllung“, dieses kann durch Flüssigkeitszufuhr erzielt werden. Einige enthalten Säuren, welche, sollten sie hängen bleiben, die Speiseröhre verätzen können. Bestimmte Inhaltsstoffe können überhaupt erst wirken, wenn sie mit genügend Wasser eingenommen werden.

Wie oft am Tag?

„**1x am Tag**“ bedeutet, dass die verordnete Dosis täglich zu einer bestimmten Uhrzeit (± 2 Stunden) einzunehmen ist.

„**2x am Tag**“ heißt, dass die Dosis auf zwei Zeitpunkte (alle 12 Stunden) aufzuteilen ist. Die Zeiten sind morgens (z. B. 7 Uhr) und abends (19 Uhr) ± 1 Stunde genau einzuhalten.

„**3x am Tag**“ bedeutet eine Einnahme alle 8 Stunden. Die Zeitabstände sind auf $\pm \frac{1}{2}$ Stunde genau einzuhalten, damit es zu keinem Wirkverlust kommt. Einteilungsbeispiel: 7 Uhr; 15 Uhr; 23 Uhr.

Mit oder ohne Nahrung?

„**Vor dem Essen**“ heißt, dass der Wirkstoff in den leeren Magen gelangen soll. Das dazu getrunkene Wasser sorgt dafür, dass das Medikament schneller in den Dünndarm weitertransportiert wird. Von dort gelangt der Wirkstoff in den Blutkreislauf und letztendlich zum Zielorgan. Das entsprechende Medikament sollte mindestens 1 Stunde vor dem Essen eingenommen werden.

„**Zum Essen**“ werden Medikamente eingenommen, die magenschädlich sind und nicht in Berührung mit der Magenschleimhaut kommen sollen.

„**Nach dem Essen**“ bedeutet, dass für die Wirkstoffaufnahme der Speisebrei den Magen bereits verlassen haben muss. Das Medikament ist mindestens 2 Stunden nach dem Essen mit viel Wasser einzunehmen. Nahrung kann diese Medikamente unwirksam machen.

Antibiotika richtig einnehmen:

- Ein Antibiotikum sollte unbedingt so lange wie verordnet eingenommen werden (auch wenn es Ihnen schon wieder besser geht!).

- Das Medikament ist mit genügend klarem Wasser (d.h. 1 ganzes Glas) und immer zur richtigen Uhrzeit einzunehmen.

- Bestimmte Antibiotika (Ciprofloxacin, Norfloxacin, Ofloxacin, Levofloxacin und Moxifloxacin) gehen z. B. mit Eisen, Multivitaminen, Milchprodukten oder Arzneimittel gegen Sodbrennen schwer lösliche Verbindungen ein, wodurch ihre Aufnahme in den Körper erschwert wird. Die Folge davon ist ein Wirkstoffverlust.

- Bei Verdacht auf eine Infektion kein früher verordnetes Antibiotikum aus Ihrer Hausapotheke einnehmen, denn nicht alle Antibiotika wirken gegen jedes Bakterium. Gehen Sie daher zum Arzt.

- Geben Sie keine Antibiotika an andere Personen weiter.

- Da sich Antibiotika nicht nur gegen bakterielle Krankheitserreger, sondern auch gegen die „guten“ Bakterien im Darm richten, sollte während und nach der Antibiotika-Therapie die Darmflora wieder aufgebaut werden (z. B. mit Joghurt natur oder speziellen Präparaten aus der Apotheke).

* Das **Teilen von Tabletten** gelingt meist nur dann, wenn eine Bruchlinie vorgegeben ist. Beide Hälften sollten gleich groß sein und somit gleich viel Wirkstoff enthalten. Zerbrochene Tabletten sind weniger lange haltbar und sollten daher rasch verbraucht werden.

* **Tabletten/Kapseln** werden am besten in aufrechter Körperhaltung, jedoch mit leicht vorgebeugtem Kopf, geschluckt. So rutschen sie direkt nach hinten in den Rachen.

* Bei Einnahme von **Tropfen** ist die vorgeschriebene Tropfenanzahl einzuhalten.

Tropfen-Öffnung in der Mitte: Flasche senkrecht halten.

Tropfen-Öffnung seitlich: Flasche schräg halten.

* **Nasenspray** immer in aufrechter Körperhaltung anwenden. Den Sprühkopf erst dann loslassen, wenn dieser aus der Nase entfernt wurde.

* **Tuben** von medizinischen Cremes und Salben nicht aufrollen oder quetschen. Sie können einreißen und der Inhalt durch den Kontakt mit Sauerstoff unbrauchbar werden. Weiters könnten Verunreinigungen mit Bakterien die Folge sein.

* Betreffend **sachgemäßer Lagerung** (trocken oder kühl) ist die Gebrauchsinformation zu beachten. Für geöffnete Packungen gilt das Haltbarkeitsdatum nicht mehr, sie müssen binnen drei bis sechs Monaten aufgebraucht werden. Abgelaufene Medikamente sollten in der Apotheke entsorgt werden

* **Praktische Hilfsmittel:** Weckerarmbanduhren erinnern an die Einnahme und Medikamenten-Dosierer (Mo-So; früh, mittags, abends - erhältlich in Ihrer Paracelsus-Apotheke) erleichtern den Überblick.