

# Medikamenteneinnahme richtig koordinieren

Oft leiden ältere Menschen an mehreren Krankheiten – der Arzt spricht dann von multimorbiden Patienten. Muss der alte Patient gegen seine Beschwerden mehr als fünf Wirkstoffe einnehmen, lautet die Fachbezeichnung dafür „Polypharmazie“. Die eingenommenen Wirkstoffe können sich gegenseitig beeinflussen. Deswegen ist es besonders wichtig, dass die Patienten ihre behandelnden Ärzte über ihre Medikamentenliste auf dem Laufenden halten – speziell wenn von mehreren Ärzten Medikamente verordnet werden.

Im heurigen Jahr hat Sie die „Initiative Patientensicherheit“ der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse über die möglichen Gefahren von Medikamenteneinnahme informiert. Die Koordination aller verordneten und auch eingenommenen Medikamente – richtiger: deren Wirkstoffen – stellt die größte Herausforderung für multimorbide Patienten und deren pflegende Angehörige dar.

## Unerwünschte Wechselwirkungen

Auf den Punkt gebracht, lautet die Grundaussage der „Initiative Patientensicherheit“: Ohne Medikamente ist eine medizinische Grundversorgung nicht denkbar. Das Bewusstsein, dass sich die Wirkstoffe der

eingenommenen Medikamente gegenseitig – auch negativ – beeinflussen können, kann aber noch geschärft werden. Aus diesem Grund ist es unabdingbar, dass der behandelnde Arzt über alle eingenommenen Medikamente stets auf dem Laufenden gehalten wird. Nur so kann er sicher stellen, dass sich aus der Kombination der verordneten Heilmitteln keine unerwünschten Wirkungen entwickeln. Am besten erstellen Sie eine Liste der Medikamente, die Sie laufend einnehmen (müssen) und lassen diese Liste von Zeit zu Zeit von ihrem Hausarzt überprüfen und gegebenenfalls „entrümpeln“.

## Rezeptfrei Medikamente

Auch rezeptfreie Präparate sind Medikamente. Selbst wenn sie dem Laien manchmal als harmlos erscheinen – weil sie ja „nur“ natürliche, pflanzliche Produkte sind – können sie mit den vom Arzt verordneten Arzneien in Wechselwirkung treten. Sie können zum Beispiel herkömmliche Medikamente in ihrer Wirkung verstärken oder abschwächen. „Nur wenn Ihr Arzt oder Apotheker über alle verordneten Medikamente informiert ist, können unerwünschte Folgen ausgeschlossen werden. Auf jeden Fall sollten Sie vermeiden, eine Unpässlichkeit auf eigene Faust zu kurieren, ohne Ihren Arzt oder Apotheker über Ihre Medikamentenliste zu informie-

ren“, hält Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer, Gesundheitsreferent des Landes OÖ, fest.

## Medikamente richtig einnehmen

Schon bei nur einem Medikament ist es wichtig, es nach den Anordnungen des behandelnden Arztes einzuhalten – umso wichtiger ist es, dessen Einnahmeverordnungen einzuhalten. Meist sind sie im Beipackzettel beschrieben. In manchen Fällen werden sie auch vom behandelnden Arzt verändert, wenn sie auf den Organismus des alten Patienten abgestimmt werden müssen. Eigenmächtig die Dosis oder den Zeitpunkt der Einnahme zu verändern, ist nicht ratsam. Manche Medikamente brauchen zur Entfaltung ihrer Wirkung eine gewisse „Vorlaufzeit“. Sie nur bei „Bedarf“ einzunehmen, ist völlig verkehrt.

## Koordination durch den Arzt des Vertrauens

Als geeignetes Mittel, unerwünschte Wirkstoff-Interaktionen zu vermeiden, empfiehlt es sich, alle Verordnungen und Befunden in

## INITIATIVE PATIENTEN SICHERHEIT

Eine Information der OÖGKK

einer Hand zu sammeln. Am besten ist dem Patient wahrscheinlich damit gedient, alle diese Informationen in die Hände seines Hausarztes zu legen. Der Hausarzt als Ansprechpartner für die Gesundheit in allen Lebenslagen kommt dann die Koordination aller gesundheitsrelevanten Daten zu.

Er kennt seinen Patienten am längsten, begleitet ihn schon lange und weiß meist über alle Wehwehchen sowie über die soziale und familiäre Situation Bescheid. Sind ihm alle Informationen verfügbar, kann er es auch übernehmen, die Listen in entsprechenden Zeiträumen zu entrümpeln, auf Wechselwirkungen hin zu untersuchen und auf das eine oder andere Medikament auch einmal zu verzichten.

Auf die Liste der Medikamente gehören aber nicht nur alle Arzneien, die der Patient verordnet hat, sie sollte auch die rezeptfrei erworbenen Mittel aus der Apotheke enthalten. Auch sie sind Arzneien und können in Wechselwirkung mit ärztlich verordneten Medikamenten treten.

„Nicht auf die Liste gehören Medikamente, die Freunde, Verwandte oder Bekannte empfohlen haben – ja, sie gehören nicht einmal eingenommen. Vor solchen Empfehlungen sollte man sich am besten sehr in Acht nehmen. Nur ihr Arzt oder Apotheker weiß um die Wirkungen von Arzneien und vor allem deren Interak-



Dr. Julia Röper-Kelmayer, AKH: „Keine Medikamente von Verwandten einnehmen!“

Foto: AKH Linz

tionen Bescheid und kann Empfehlungen aussprechen“, rät Dr. Julia Röper-Kelmayer, Oberärztin am

AKH und Landtagsabgeordnete sowie Mitglied der Oö. Landesgesundheitsplattform.

OÖ-NACHRICHTEN : 6.17. M. 2010