



## Serie Arzneimittelverordnung: Darreichung

# Richtig einnehmen

Die beste Medikation ist wirkungslos, wenn die Patienten nicht wissen, wie sie richtig mit Tabletten, Dragees und Kapseln umgehen sollen. Wann müssen die Medikamente genommen und wie gelagert werden? Welche Zubereitungen darf man teilen und welche nicht? Bei solchen Problemen ist das Praxisteam gefragt.

**M**edikamente gibt es als Zäpfchen und Tropfen, man kann sie spritzen oder aus Pflastern über die Haut aufnehmen. Die mit Abstand meisten Medikamente werden aber oral, also über den Mund aufgenommen. Ob diese Arzneimittel die gewünschte Wirkung haben, hängt auch davon ab, ob sie richtig eingenommen werden. Und hier brauchen viele Patienten Unterstützung. Grundsätzlich unterscheidet man bei den festen Arzneiformen zur oralen Einnahme:

- Tabletten, die aus Pulver oder Granulat gepresst sind. Etwa 50 Prozent aller Medikamente liegen als Tabletten vor, meist einzelverpackt in sogenannte Blister – kleine Alu-Paletten.
- Filmtabletten und Dragees, die mit einer dünnen Schutzschicht überzogen sind. Diese Schicht schützt den Wirkstoff vor äußeren Einflüssen und erhöht die Magensaftresistenz.
- Kapseln für Medikamente, die sich schwer zu Tabletten verarbeiten lassen. Die Hülle aus einem leicht verdaulichen

Stoff (wie Gelatine) kann flüssige oder pulverförmige Wirkstoffe enthalten.

- Brausetabletten, die in Wasser aufgelöst werden. So wird die Tabletteneinnahme erleichtert und der Wirkstoff kann schnell in die Blutbahn gelangen. Medikamente sollten immer aufrecht eingenommen werden, damit sie sich besser schlucken lassen – mit genügend Flüssigkeit. Ideal ist ein kleines Glas mit Leitungswasser. Kaffee, Milch, Tee und alkoholische Getränke sind ungeeignet, da sie oft zu Wechselwirkungen mit dem Medikament führen. Auch Obstsaft sollte gemieden werden. Wenn der Mund schon vor der Einnahme mit Wasser befeuchtet wird, schluckt es sich leichter. Tabletten und Kapseln sollten immer ganz (also unzerkaut) geschluckt werden. Genauso wichtig ist es, ein Medikament immer zu der im Beipackzettel angegebenen Tageszeit und mit dem richtigen Abstand zu den Mahlzeiten einzunehmen. Denn während das eine Medikament zur Verbesserung der Aufnahme mit leerem Magen eingenommen werden muss, soll-

ten andere aufgrund der mit dem Wirkstoff verbundenen Magenreizung zu einer Mahlzeit geschluckt werden. Weisen Sie Patienten bei neuen Medikationen auch darauf hin, wenn ein Medikament zu einer Verfärbung des Urins oder des Stuhls führen kann. Gerade ältere Patienten können sonst leicht verunsichert sein.

### Tabletten teilen?

Manchmal kann es nötig sein, Tabletten zu teilen. Sei es, weil der Arzt die Einnahme einer halben oder viertel Tablette verordnet hat; sei es, weil der Patient die Tablette teilen möchte, damit er sie besser schlucken kann. In beiden Fällen gilt: Die Tablette muss in exakt gleichgroße Stücke gebrochen werden, damit jedes Teil gleich viel Wirkstoff enthält. Ist die Teilung nicht explizit verordnet, sollte der Patient das unbedingt mit dem Arzt besprechen. Denn vor allem Dragees und Kapseln, aber auch viele Tabletten dürfen nicht geteilt werden, etwa weil der Wirkstoff erst in einem bestimmten Bereich des Magen-Darm-Traktes freigesetzt werden soll. Wenn der Arzt geteilte Tabletten vorsieht, sollten Sie dem Patienten genau erklären, wie das gemacht wird und ihn auf Tablettenteilhilfen hinweisen, die es für etwa fünf Euro in der Apotheke gibt.

Da Arzneimittel empfindlich sind, müssen sie richtig gelagert werden. Das bedeutet Schutz vor UV-Licht, Hitze und Kälte. Am besten geeignet sind Räume mit konstanten Temperaturen unter 20°C, etwa das Schlafzimmer. Wenn ein Medikament im Kühlschrank aufbewahrt werden muss, ist das im Beipackzettel angegeben. Es macht aber unbedingt Sinn, den Patienten auch noch einmal darauf hinzuweisen.

Gerade ältere Patienten tun sich mit der richtigen Einnahme der Medikamente schwer. Kindersichere Verschlüsse, die gleichzeitig runtergedrückt und gedreht werden müssen, können hier zum unüberwindbaren Hindernis werden. Fragen Sie bei bedürftigen Patienten nach, ob sie mit der Verpackung zurechtkommen. Bieten Sie ansonsten an, ihnen beim Umfüllen in ein anderes Gefäß oder eine Medikamentenbox behilflich zu sein. ■