

7.1 Der Beipackzettel enthält wichtige Informationen

Sie haben gerade von Ihrem Arzt ein Medikament verschrieben bekommen. Jedem Arzneimittel liegt ein Beipackzettel bei, dessen offizielle Bezeichnung „Gebrauchsinformation“ lautet. Sie sollten ihn lesen und verstehen, bevor Sie das Medikament einnehmen.

Der Beipackzettel soll vor allem eines: Informieren. Nicht verwirren, sondern eine Hilfestellung bieten. Bewahren Sie den Beipackzettel zusammen mit dem Arzneimittel auf. Falls Sie etwas nicht verstehen oder sich unsicher sind, besprechen Sie die Fragen mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

Hier finden Sie schon einige wichtige Tipps zur Einnahme von Medikamenten. Mehr Informationen hierzu finden Sie auch im virtuellen Beipackzettel von Pfizer Deutschland unter www.beipackzettel-verstehen.de

7.2 Worauf muss ich achten, wenn ich mehrere Medikamente gleichzeitig nehme?

Arzneimittel können sich gegenseitig beeinflussen

Nimmt man mehrere Medikamente gleichzeitig ein, können diese ihre Wirkung gegenseitig beeinflussen. Im Beipackzettel ist hier von Wechselwirkungen die Rede. Manche Arzneimittel „vertragen“ sich nicht mit anderen Medikamenten: Zwei Arzneimittel können zum Beispiel ihre Wirkung gegenseitig verstärken, andere können ihre Wirkung gegenseitig abschwächen. Manche können bestimmte Nebenwirkungen verschlimmern. Auch bestimmte Lebensmittel und Getränke können z.B. die Wirkung von Medikamenten beeinflussen. Nicht alle Arzneimittel besitzen Wechselwirkungen mit anderen. In diesem Fall steht im Beipackzettel der Hinweis, dass Wechselwirkungen „bisher nicht bekannt sind“.

Achten Sie auf mögliche Wechselwirkungen

Sie sollten mögliche Wechselwirkungen Ihres Medikamentes mit anderen Stoffen unbedingt beachten. Ansonsten kann Ihre Behandlung möglicherweise nicht richtig anschlagen. Im schlimmsten Fall können Sie sich sogar selbst in Gefahr bringen.

Falls Sie mehrere Medikamente gleichzeitig einnehmen, lesen Sie sich die Wechselwirkungen im Beipackzettel sorgfältig durch. Sprechen Sie Ihren Arzt oder Apotheker an, wenn Sie außer den gerade verordneten noch andere Arzneimittel einnehmen. Der behandelnde Arzt kann nicht immer wissen, welche Medikamente Sie noch nehmen. Informieren Sie Ihren Arzt und Apotheker über alle Medikamente – auch über solche, die Sie rezeptfrei in der Apotheke gekauft haben, pflanzliche Präparate oder Nahrungsergänzungsmittel.

Kombinieren Sie nicht einfach ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt oder Apotheker verschiedene Medikamente. Wenn Sie unsicher sind, ob man zwei Arzneimittel miteinander kombinieren kann, fragen Sie auf jeden Fall noch einmal nach, bevor Sie diese nehmen.

7.3 Manche Lebensmittel und Getränke können die Wirkung von Medikamenten verändern

Ebenfalls unter „Wechselwirkungen“ oder unter dem Punkt „Bei Einnahme des Medikamentes zusammen mit Nahrungsmitteln und Getränken“ im Beipackzettel finden Sie Hinweise, wie sich ein Medikament mit dem Verzehr von bestimmten Speisen und Getränken verträgt. Sollten spezielle Lebensmittel und Getränke besondere Maßnahmen erfordern, erfahren Sie es hier. Verzichten Sie auf die genannten Produkte, wenn es im Beipackzettel empfohlen wird.

Am besten ein Glas Wasser nehmen

Um ein Medikament gut „hinunterzuspülen“, nehmen Sie es am besten mit einem Glas Wasser ein, etwa 150 bis 200 Milliliter. Auch wenn im Beipackzettel von „reichlich Flüssigkeit“ die Rede ist, sind Sie mit einem Glas Wasser auf der sicheren Seite.

Vorsicht vor Milch und Milchprodukten

Milch und Milchprodukte wie Käse, Quark oder Joghurt behindern die Aufnahme bestimmter Arzneimittel im Magen oder Darm. Die Medikamente werden dann verdaut und mit dem Kot ausgeschieden, bevor sie überhaupt ihre Wirkung entfalten können. Dies ist vor allem bei bestimmten Antibiotika bekannt. Sollte sich Ihr Arzneimittel nicht mit Milchprodukten vertragen, finden Sie einen entsprechenden Hinweis im Beipackzettel. Schlucken Sie das Medikament am besten mit Wasser und lassen Sie in diesem Fall vor und nach der Einnahme mindestens zwei Stunden vergehen, bevor Sie wieder Milch trinken und Milchprodukte essen.

Alkohol meiden

Alkohol kann die Wirkung von Medikamenten verstärken. Bei einigen Arzneimitteln müssen Sie deshalb während der Behandlung vollständig auf Bier, Wein und Co. verzichten, z.B. bei bestimmten Schlaf- und Beruhigungsmitteln. Bei anderen Arzneien müssen Sie einen bestimmten zeitlichen Abstand zwischen der Einnahme des Arzneimittels und dem Trinken von Alkohol einhalten.

Verzicht auf koffeinhaltige Getränke

Manche Medikamente stören den Abbau von Koffein im Körper. Nimmt man sie zusammen mit koffeinhaltigen Getränken ein, können sie z.B. zu Schlafstörungen oder Nervosität führen. Außerdem gibt es Medikamente, deren Wirkung durch Koffein verstärkt wird, zum Beispiel bestimmte Schmerzmittel. Steht im Beipackzettel ein Hinweis, dass sich Ihr Medikament nicht mit Koffein verträgt, verzichten Sie während der Behandlung lieber auf Kaffee, schwarzen und grünen Tee, Matetee, Cola oder Spezi.

Auch Grapefruitsaft kann seine Tücken haben

Grapefruitsaft enthält Bestandteile, die den Abbau von speziellen Medikamenten verändern können. Der Saft der Pampelmuse kann so die Wirkung von manchen Medikamenten steigern. Lesen Sie im Beipackzettel den Hinweis, dass Ihr Arzneimittel nicht mit Grapefruitsaft eingenommen werden sollte, dann trinken Sie während der Behandlung nicht übermäßig viel Grapefruitsaft oder verzichten Sie ganz darauf. Lassen Sie vor und nach der Einnahme der Arzneimittel mindestens zwei Stunden Zeit verstreichen, bevor Sie wieder Grapefruitsaft trinken.

Viele Nahrungsmittel haben Wechselwirkungen mit Medikamenten

Viele weitere Lebensmittel können die Wirkung von verschiedenen Medikamenten verändern. Zum Beispiel kann Gemüse wie Spargel oder Spinat, das viel Vitamin K enthält, blutverdünnende Medikamente schwächen. Der Verzehr von Lakritze kann die Wirkung von entwässernden Arzneien verstärken.

7.4 Woher weiß ich als Patient mit Diabetes mellitus, wie viel Zucker mein Medikament enthält?

Auch Arzneimittel können Zucker enthalten

Diabetiker müssen sorgfältig darauf achten, welche Mengen Zucker (Kohlenhydrate) sie zu sich nehmen. Auch jede einzelne Tablette oder ein Teelöffel Saft kann einen Anteil Zucker enthalten und ist bei den Berechnungen zu berücksichtigen.

Unter den sonstigen Bestandteilen werden die Zuckerbestandteile angegeben

Falls ein Arzneimittel Zucker enthält, ist dieser im Beipackzettel unter den „sonstigen Bestandteilen“ angegeben. Der Zuckeranteil wird immer in Broteinheiten (BE) angegeben und könnte zum Beispiel lauten: „Tablette enthält weniger als 0,01 BE.“ Diese Angabe finden Sie meistens bei der Dosierungsanleitung.