

- die verordneten Einnahmezeitpunkte mit Ihrem Alltag nicht zusammenpassen,
- die Medikamente nicht wirken,
- Sie Probleme bei der Besorgung oder mit der Bezahlung der Medikamente haben.

Wie kann ich mir das alles merken?

Je mehr Medikamente Sie nehmen müssen und je häufiger täglich die Anwendung erforderlich ist, umso schwieriger ist es, immer zum richtigen Zeitpunkt daran zu denken. Bitten Sie Ihren Arzt, den Therapieplan aufzuschreiben. Den Plan sollten Sie so aufbewahren, dass Sie leicht nachsehen können. Das kann z.B. im Portemonnaie sein, an der Pinwand, der Kühlschrankschranktür. So, wie es Ihnen am besten hilft.

Oft ist es sinnvoll, die Medikamentenanwendung mit einer Gewohnheit zu verbinden, z.B. vor oder nach einer Mahlzeit, nach Ankunft im Büro, usw.

Was tun, wenn ich die Medikamente doch einmal vergessen habe?

Dies ist nicht allgemein zu beantworten. Bitten Sie Ihren Arzt auf dem Therapieplan zu vermerken, was im Falle des Vergessens zu tun ist. Soll die Dosis ausgelassen oder nachholt werden? Ist evtl. der Anwendungsrhythmus zu verändern?

Wir hoffen, dass wir Ihnen einige Tipps zum Umgang mit Ihren Medikamenten auf den Weg geben konnten und wünschen Ihnen gute Besserung.

Ihre Deutsche Atemwegsliga e.V.



Bildquelle: iKOMM

Videos Inhalationstherapie



Wo erhalten Sie weitere Informationen?

Deutsche Atemwegsliga e. V.
Raiffeisenstraße 38
33175 Bad Lippspringe

Telefon (0 52 52) 93 36 15
Telefax (0 52 52) 93 36 16

eMail: kontakt@atemwegsliga.de
Internet: www.atemwegsliga.de

 www.facebook.com/atemwegsliga.de

 www.twitter.com/atemwegsliga

 www.youtube.com/user/atemwegsliga

DEUTSCHE
ATEMWEGLIGA E. V.



Stand: 2013 Bildquelle: Titelbild Fotolia



Deutsche Atemwegsliga e. V.

Informationsblatt



Fachleute sprechen von „Adhärenz“. Adhärenz bedeutet in der Medizin, dass ein Patient/eine Patientin die verordneten Medikamente und nicht-medikamentösen Maßnahmen in jeder Hinsicht richtig anwendet.

Sie leiden an einer Krankheit oder haben Beschwerden. Deshalb sind Sie beim Arzt gewesen. Der Arzt hat Sie untersucht und anschließend Medikamente und / oder nichtmedikamentöse Maßnahmen wie z.B. Lungensport verordnet. Damit Ihre Beschwerden besser werden, sind die Medikamente und nichtmedikamentösen Maßnahmen anzuwenden. Viele Erkrankungen sind chronisch: Häufig ist eine Langzeitbehandlung erforderlich, die selbst bei scheinbarer Besserung nur nach Rücksprache mit dem Arzt reduziert oder abgesetzt werden sollte.

Um eine optimale Wirkung zu erzielen, muss die Behandlung auf Ihre Krankheit, Ihre möglichen Begleiterkrankungen und auf Ihre Person vom Arzt abgestimmt werden. Ihre Rolle dabei ist nicht minder wichtig: Sie sollten die Medikamente nicht nur irgendwie, sondern „richtig“ nach Empfehlung des Arztes anwenden. Dies gilt auch dann, wenn Sie keine sofortige, unmittelbare Wirkung des verordneten Medikamentes erkennen können.

Besonders wichtig: Wenn Sie ein verordnetes Medikament nicht vertragen oder Zweifel bezüglich Nebenwirkungen haben, fragen Sie Ihren Arzt, ob das Medikament weiter eingesetzt werden soll.

Auf was müssen Sie achten, um das Medikament vorschriftsmäßig anzuwenden und die bestmögliche Wirkung zu erzielen?

- Häufigkeit der Anwendung?
Einmal, zweimal, dreimal oder sogar viermal pro Tag?
- Zu welchen Zeiten sollen die Medikamente angewendet werden?
Morgens, mittags, nachmittags, abends, nachts?

- Sollen die Medikamente vor oder nach dem Essen angewendet werden oder ist dies egal?
- Gibt es Nahrungsmittel, die sich mit den Medikamenten nicht vertragen?
Das gilt manchmal für Milch oder Milchprodukte, Säfte, u.a.
- Ist nach der Anwendung etwas zu beachten?
Nach dem Einatmen von Medikamenten ist es z.B. oft sinnvoll, etwas zu essen, besser den Mund auszuspülen und die Zähne zu putzen.

Wie muss ich meine Medikamente anzuwenden?

Es gibt verschiedene Darreichungsformen:

- Zum Einnehmen: Kapseln oder Tabletten, Säfte, Tropfen,
- Zäpfchen,
- Spritzen,
- Sprays oder Pulver zum Einatmen und noch einige andere.

In der Lungenheilkunde spielen besonders die Sprays oder Pulver zum Einatmen eine wichtige Rolle. Im Vergleich zu Medikamenten, die eingenommen werden müssen, ist die richtige Anwendung von Sprays oder Pulvern zum Inhalieren schwieriger. Es gibt verschiedene Inhalationssysteme, die alle etwas anders zu bedienen sind.

In der Apotheke kann es passieren, dass Sie nicht Ihr gewohntes Inhalationssystem bekommen sondern ein ganz anderes. Grund sind Rabattverträge von den Herstellern mit Ihrer Krankenkasse. Ihr Apotheker möchte natürlich gerne das Inhalationssystem wie verordnet abgeben, kann aber diese Verträge genau wie Ihr Arzt nicht beeinflussen.

Fragen Sie, wenn Sie sich mit dem System nicht auskennen. Ihr Arzt oder Apotheker zeigen Ihnen gerne, wie es funktioniert.

Die Deutsche Atemwegsliga hat die Handhabung der gängigen Sprays und Pulver zum Einatmen gefilmt, so dass Sie sich jederzeit und so oft Sie mögen die passenden Videos im Internet ansehen können. (www.youtube.com/user/Atemwegsliga)

Nutzen Sie diese Möglichkeit! Die richtige Inhalation kann den Unterschied ausmachen zwischen erwünschter Wirkung, oft sogar mit einer geringeren Dosis, und ausbleibender Wirkung oder gar Nebenwirkungen.

Haben meine Medikamente Nebenwirkungen?

Sicherlich haben Sie schon einmal einen Beipackzettel gelesen und erst einmal einen ordentlichen Schreck bekommen. Im Beipackzettel steht nicht nur, wogegen ein Medikament hilft sondern auch welche möglichen Nebenwirkungen irgendwann einmal mit dem Medikament in Verbindung gebracht worden sind. Bei jedem Medikament ist es wichtig, die Wirkungen gegen mögliche Nebenwirkungen abzuwägen. Bei schweren, lebensbedrohlichen Krankheiten wird man sicherlich auch stärkere Nebenwirkungen akzeptieren als bei nicht so schweren Erkrankungen. Ein schnellerer Herzschlag nach Inhalation eines Medikamentes, das die Bronchien erweitert, ist z.B. meist akzeptabel, um einen Asthmaanfall zu verhindern. Wenn Sie Bedenken haben, sollten Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker darüber sprechen. Das Medikament einfach abzusetzen, auszulassen oder durch ein anderes Medikament zu ersetzen kann durchaus gravierende Folgen haben.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn

- Sie Ihre Medikamenten nicht vertragen,
- Nebenwirkungen auftreten,
- Sie Angst vor oder Bedenken wegen Nebenwirkungen haben,