

Vortrag der Senioren-Union über korrekte Einnahme von Arzneimitteln im Alter

Der Fachvortrag von Dr. Michael Böck aus dem Team der Apotheke im Turm in Pfarrkirchen über die richtige Arzneimitteleinnahme im Alter war ein weiterer Baustein im Rahmen der Veranstaltungen der Seniorenunion Rottal-Inn über gesundheitliche Themen. Sigi Gruber, der den Vortrag organisiert hatte, begrüßte dazu neben dem Referenten viele interessierte Senioren. Gerade im Alter ist die richtige Einnahme von Medikamenten von großer Bedeutung. Man war erstaunt, welche Fehler bei der Anwendung von Arzneiformen wie Tabletten, Augentropfen, Schmerzpflaster, Insulinpens und Inhalatoren gemacht werden können. Der Apotheker erklärte verständlich und nachvollziehbar, warum Tabletten möglichst nicht im Liegen eingenommen werden sollten. Vor allem ist reichlich Flüssigkeit (250 ml stilles Wasser) sehr wichtig, damit sich die Tabletten gut auflösen. Alkohol, Kaffee oder auch Tee und Milch, aber vor allem Grapefruitsaft und andere Zitrusfruchtsäfte sind dazu nicht geeignet, denn die medizinischen Wirkstoffe können in Verbindung mit diesen Flüssigkeiten nicht optimal aufgenommen werden. Ebenso wichtig sind die richtigen Abstände bei der Einnahme von mehreren Medikamenten über den Tag verteilt. Das Teilen von Arzneimitteln ist nicht immer unbedenklich, vor allem bei Retardkapseln. Dr. Böck klärte über weitere Nachteile bei der Teilung von Medikamenten auf. Auch bei der Zubereitung von Trockensäften können Fehler passieren. Bei flüssigen Arzneimitteln müssen die „Zentraltropfer“ senkrecht und die „Randtropfer“ schräg gehalten werden. Augentropfen sollten nicht zu kalt sein und richtig in den Bindehautsack getropft werden. Danach sollte das Auge zwei Minuten geschlossen bleiben. Lagertemperatur, Lichtschutz und Aufbrauchsfrist sind dabei zu beachten. Auch die Anwendung von Nasentropfen ist nicht unproblematisch. Der Kopf sollte grundsätzlich nach unten geneigt sein, damit nichts vom Mittel verschluckt wird. Auch den Gewöhnungseffekt bei Nasentropfen sprach er an. Beim Umgang mit wirkstoffhaltigen Pflastern ist ebenso einiges zu beachten, besonders bei deren Entsorgung. Auch beim Umgang mit Insulinpens und kortisonhaltigen Sprays haben Fehler negative Auswirkungen. Dr. Michael Böck informierte die Senioren, dass sie über die Krankenkasse einmal jährlich eine kostenfreie Beratung hinsichtlich ihrer Arzneien in Anspruch nehmen können. Fragen der Besucher beantwortete der Apotheker verständlich, insbesondere auch die fachlich komplizierten Sachverhalte über den Abbau der Medikamente im Körper. Mit einem Glas gesunden Honigs als Präsent bedankte sich Sigi Gruber beim Referenten.



Tabletten & Kapseln

- Möglichst erst vor Einnahme aus dem Blister nehmen
- Mit aufgerichtetem Oberkörper einnehmen



Lokalisation von Oxytropin nach Anabol von Kapseln
Kapseln, 2007