

Wenn Schmerzmittel Schmerzen auslösen

Medikamente niemals wahllos anwenden

Hannover – Rezeptfreie Schmerzmittel wie Ibuprofen, Paracetamol oder ASS gehören für viele Menschen zur Hausapotheke. Doch auch Arzneimittel, die ohne Rezept in der Apotheke vor Ort erhältlich sind, sollten nie leichtfertig angewendet werden, betont die Apothekerkammer Niedersachsen. Schmerzmittel können die Wirkung anderer Medikamente beeinflussen und in erster Linie bei einer Überdosierung unter anderem Magen, Leber oder Niere schädigen. Vor der Einnahme sollten Patientinnen und Patienten gemeinsam mit der Apothekerin oder dem Apotheker mit Blick auf ihre jeweilige Lebenssituation sorgfältig prüfen, welchen Nutzen und welche Risiken die Anwendung mit sich bringt.

Zu häufige oder zu lange Anwendung ist ein Risiko

Patientinnen und Patienten sollten Schmerzmittel ohne ärztlichen oder apothekerlichen Rat nicht länger als vier Tage hintereinander sowie an insgesamt höchstens zehn Tagen pro Monat einnehmen – und die Anwendung auch keinesfalls jeden Monat wiederholen. Werden Schmerzmittel wie Ibuprofen, Diclofenac oder Naproxen zu oft und zu lange angewendet, steigt unter anderem das Risiko für Magengeschwüre und Nierenschäden. Eine übermäßige Einnahme von Paracetamol kann Leberschäden verursachen. Wenn sich nach langfristiger Einnahme der Körper zu sehr an Schmerzmittel gewöhnt hat, kann es beim Absetzen unter anderem zu Entwöhnungskopfschmerzen kommen. Entwickelt sich durch den übermäßigen Medikamentengebrauch gar ein chronischer Kopfschmerz, besteht die Gefahr, dass Betroffene zur Bekämpfung immer häufiger noch höhere Dosierungen einnehmen – ein Teufelskreis beginnt.

Apotheke berät zu geeigneten Präparaten

Schmerzleidende sollten ihre Beschwerden in der Apotheke vor Ort möglichst genau beschreiben. So kann die Apothekerin oder der Apotheker ein individuell geeignetes Schmerzmittel mit gut verträglichem Wirkstoff oder ebensolcher Wirkstoffkombination empfehlen. Dabei berücksichtigt sie oder er unter anderem das Alter der Patientin oder des Patienten sowie die Art und Stärke des Schmerzes. Ebenso berät die Apothekerin oder der Apotheker zu möglichen Nebenwirkungen. Gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten wird dann geprüft, ob die Schmerzbeschwerden in einem angemessenen Verhältnis zu den Nebenwirkungen stehen. Eine individuelle Beratung und professionelle pharmazeutische Einschätzung ist besonders wichtig, wenn es sich bei den Betroffenen um Kinder, Asthmatikerinnen oder Asthmatiker, Allergikerinnen oder Allergiker, chronisch Kranke, Schwangere, ältere Menschen, Nierenkranke oder Personen, die mehrere Medikamente einnehmen müssen, handelt.

Wechselwirkungen vermeiden

Die Apothekerin oder der Apotheker erkundigt sich auch nach etwaigen weiteren Medikamenten, die eingenommen werden, um gefährliche Wechselwirkungen zu vermeiden: Acetylsalicylsäure, kurz ASS, zum Beispiel wirkt blutverdünnend und kann die Wirkung von Gerinnungshemmern verstärken, die etwa nach einem Schlaganfall verordnet werden. Eine Kombination mit Ibuprofen kann hingegen die blutverdünnende Wirkung von ASS beeinträchtigen. Wer niedrig dosiertes ASS (zur

Blutverdünnung/Thrombozytenaggregationshemmung) einnimmt und zusätzlich Ibuprofen braucht, sollte ASS mindestens 30 Minuten vor oder mindestens acht Stunden nach der Ibuprofen-Einnahme schlucken. Generell kann Ibuprofen vor allem die Wirkung von Blutdrucksenkern abschwächen und zum Beispiel in Kombination mit Kortisonpräparaten das Risiko für Magenschleimhautschädigungen sowie Magenblutungen erhöhen. Paracetamol kann bei übermäßigem Gebrauch oder zum Beispiel in Kombination mit zusätzlichem Alkoholkonsum die Leber schädigen. Bestehen die Beschwerden trotz des Schmerzmittels fort, kann die Patientin oder der Patient nach einem erneuten Gespräch in der Arztpraxis ein stärkeres Medikament anwenden. Anhaltende Schmerzen sollten immer ärztlich abgeklärt werden, um der Ursache auf den Grund zu gehen und sie wirksam zu bekämpfen.

Schmerzmittel je nach Art der Beschwerden wählen

Nicht jedes rezeptfreie Schmerzmittel hilft gleich gegen jeden Schmerz. Bei leichten bis mäßig starken Schmerzen sind Ibuprofen, Diclofenac und Naproxen gut geeignet, die zusätzlich auch fiebersenkend wirken. Ibuprofen ist in rezeptfreier Dosierung zudem zur Behandlung akuter Kopfschmerzen bei Migräne mit oder ohne Aura zugelassen. Etwaige unerwünschte Nebenwirkungen hängen unter anderem von der Dosis und Anwendungsdauer ab. Zu den häufigen Nebenwirkungen zum Beispiel bei Ibuprofen zählen Sodbrennen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall und Verstopfung.

Schmerz lindern auch ohne Medikamente

Wer auf Schmerzmittel verzichten oder die Linderung unterstützen möchte, kann dies durch einige zusätzliche Maßnahmen tun. Bei einem verspannten Rücken kann zum Beispiel gezielte Wärme helfen. Diese regt die Durchblutung an und trägt somit zur Entspannung der Muskulatur bei. Zu Hause ist eine Wärmflasche gut geeignet, um Muskelverspannungen zu lösen. Für unterwegs sind Wärmepflaster oder -auflagen aus der Apotheke empfehlenswert.

Die Apothekerkammer Niedersachsen vertritt mehr als 8.500 Apothekerinnen und Apotheker. Sie sorgen täglich dafür, dass Patientinnen und Patienten ihre Medikamente sicher anwenden können. Denn: Ohne fachliche Prüfung und Einordnung können gerade bei mehreren Arzneimitteln, bei Selbstmedikation oder chronischen Erkrankungen vermeidbare Risiken entstehen.

Apothekerinnen und Apotheker sind unabhängige Heilberufler mit universitärer Ausbildung und staatlicher Zulassung. Sie behalten den Überblick über alle Medikamente, erkennen mögliche Wechselwirkungen und erklären verständlich, worauf im Alltag zu achten ist. So tragen sie entscheidend dazu bei, dass Arzneimitteltherapien sicher und wirksam bleiben.

Die Apotheke ist die zentrale Anlaufstelle für alle Fragen rund um Medikamente. Hier wird zusammengeführt, was Patientinnen und Patienten von verschiedenen Ärztinnen und Ärzten oder aus der Selbstmedikation erhalten. Risiken werden frühzeitig erkannt und verständlich erklärt – damit pharmazeutische Behandlungen im Alltag sicher umgesetzt werden können.