

UMGANG MIT ARZNEIMITTELN: Tipps für Betroffene

- Als Patientin oder Patient sollten Sie sich sorgfältig darüber informieren, wie Sie mit Ihren Arzneimitteln umgehen müssen. Fragen Sie bei Unklarheiten nach.
- Beachten Sie alle Hinweise zur Einnahme und Anwendung Ihres Arzneimittels. Ändern Sie die Anwendung eines Krebsmedikaments nur in Rücksprache mit den behandelnden Ärzten.
- Treten unter der Therapie neue Beschwerden auf, machen Sie die Ärztin, den Arzt oder Apothekenpersonal darauf aufmerksam. Bei neu zugelassenen Medikamenten sind nicht immer alle Nebenwirkungen bekannt.
- Führen Sie eine Liste aller Arzneimittel, die Sie einnehmen. Ein solcher Medikationsplan steht gesetzlich Versicherten zu, die mindestens 3 verordnete Medikamente über mehrere Wochen gleichzeitig einnehmen.



Ärzte, Pflegepersonal oder Apotheker informieren darüber, wie man mit Arzneimitteln richtig umgeht. Es empfiehlt sich, auch den Beipackzettel gründlich zu lesen.

Wichtig: Haben Sie keine Bedenken nachzufragen, wenn Sie Informationen nicht verstehen. Machen Sie sich – wenn nötig – Notizen.

ANWENDUNGSHINWEISE

Vor der Zulassung wird in klinischen Studien untersucht, wie ein Arzneimittel angewendet werden muss, damit es wirksam und sicher ist. Das findet sich im Beipackzettel wieder: Dort steht in welcher Stärke (Dosis) und Häufigkeit man ein Arzneimittel anwenden muss, wie es eingenommen oder verabreicht und wie lange es angewendet werden soll. Manchmal bekommen Patienten die Anwendungshinweise auch von Ihren behandelnden Ärzten.

Wichtig: Weichen Sie eigenständig von diesen Hinweisen ab, kann das den Therapieerfolg gefährden und zusätzliche Nebenwirkungen hervorrufen.

→ Medikamente selbstständig einnehmen

Arzneimittel, die man selbstständig anwendet, sind in der Regel Medikamente zum Schlucken. Manche dieser Medikamente vertragen sich nicht mit Speisen und Getränken, andere sind mit vollem Magen besser verträglich. Bei manchen Wirkstoffen hängt es vom Mageninhalt ab, wie gut sie vom Körper aufgenommen werden. Das betrifft vor allem viele der zielgerichteten Krebsmedikamente.

Deshalb ist es wichtig zu wissen, was die Zeitangaben bei den Einnahmehinweisen bedeuten:

- **„Nüchtern“:** Sie sollten mindestens 8 Stunden weder getrunken noch gegessen haben, bevor Sie das Medikament einnehmen.
- **„Vor dem Essen“:** Sie müssen das Medikament mindestens 30 Minuten vor der nächsten Mahlzeit einnehmen.
- **„Zum Essen“:** Sie müssen das Medikament während oder unmittelbar nach dem Essen einnehmen.
- **„Nach dem Essen“:** Sie sollten einen Zeitabstand zu der letzten Mahlzeit einhalten. Dieser ist nicht einheitlich definiert. In der Regel sind es 30 bis 60 Minuten.

Schlucken Sie Tabletten am besten mit Leitungswasser – vermeiden Sie Mineralwasser, Milch, Koffein-haltige Getränke und Säfte.

Manche Krebspatienten leiden infolge ihrer Behandlung an Entzündungen in Mund und Rachen. Für sie kann es hilfreich sein, Medikamente zu zerkleinern oder aufzulösen. Das ist nicht bei allen Tabletten ohne Weiteres möglich. Klären Sie im Vorfeld, ob oder bei welchen Tabletten das geht. Öffnen Sie Kapseln nur nach Rücksprache mit dem Behandlungsteam oder dem pharmazeutischen Personal.

Kommt eine akute Erkrankung zur Krebserkrankung hinzu, kann es erforderlich sein, die Krebstherapie anzupassen oder zu unterbrechen. Das gilt insbesondere dann, wenn ausreichendes Trinken und Essen nicht möglich ist.

Wichtig: Beachten Sie alle Hinweise zur Einnahme und Anwendung Ihres Arzneimittels und ändern Sie die Anwendung nur nach Rücksprache mit Ihren behandelnden Ärzten. Informieren Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt über neue Erkrankungen.

NEBENWIRKUNGEN

Auch wenn Sie alle Anwendungshinweise beachten, kann ein Medikament Nebenwirkungen haben. Nebenwirkungen sind alle schädlichen oder ungewollten Reaktionen auf den Gebrauch eines Arzneimittels. Fachleute sprechen auch von „unerwünschten Arzneimittelwirkungen“ (UAW).

→ Nebenwirkungsangaben: Zulassungsstudie und Anwendungsbeobachtungen

Studien, die zur Zulassung eines Arzneimittels führen, weisen nicht nur die Wirksamkeit eines Arzneimittels nach, sondern auch mögliche Nebenwirkungen. Diese muss der Beipackzettel aufführen – auch Nebenwirkungen, die nur bei sehr wenigen Menschen beobachtet wurden. Das ist gesetzlich vorgeschrieben. Deshalb kann es sein, dass eine Patientin oder ein Patient von vielen im Beipackzettel aufgeführten Nebenwirkungen gar nicht betroffen ist.

Umgekehrt können auch Nebenwirkungen auftreten, die nicht im Beipackzettel stehen. Das ergibt sich beispielsweise daraus, dass Studienbedingungen nur selten dem Alltag entsprechen. Demzufolge können Studien nicht alle Nebenwirkungen eines Arzneimittels erfassen. Deshalb werden nach der Zulassung weitere Erfahrungen mit dem Arzneimittel gesammelt und ausgewertet. Ärzte und Apotheker müssen den Verdacht einer Nebenwirkung der Arzneimittelbehörde melden. Häufen sich Meldungen zu einem Nebenwirkungsverdacht, kann das dazu führen, dass der Hersteller den Beipackzettel ändern muss.

Wichtig: Achten Sie darauf, ob unter der Arzneimitteltherapie Beschwerden neu auftreten.

→ Häufigkeitsangaben und Schweregrade

Die Hersteller formulieren die Häufigkeitsangaben zu Nebenwirkungen in Beipackzetteln nach festen Regeln. Sie geben an, wie viele Patientinnen und Patienten im Durchschnitt von der unerwünschten Wirkung betroffen sind. Der Beipackzettel übersetzt Häufigkeitsangaben. Sie reichen von „sehr häufig“ (mehr als 1 von 10 Behandelten betroffen) bis „sehr selten“ (nur in Einzelfällen bekannt).

Manchmal gibt der Beipackzettel auch den Schweregrad der Nebenwirkung an. Was unter der Angabe „mild“, „mäßig“ oder „schwer“ zu verstehen ist, hängt von der Nebenwirkung ab. In der Regel beeinträchtigen „milde“ Nebenwirkungen Patienten nur geringfügig, während „schwere“ Nebenwirkungen eine Behandlung notwendig machen.

WECHSELWIRKUNGEN

Medikamente können untereinander Wechselwirkungen zeigen: Das bedeutet, sie beeinflussen die Wirkung eines

anderen Arzneimittels. Sind solche Wechselwirkungen bekannt, muss sie der Beipackzettel aufführen.

→ Beurteilung von Wechselwirkungen:

Um zu überprüfen, ob sich verschiedene Arzneimittel „vertragen“, kann der Beipackzettel erste wertvolle Hinweise liefern. Trotzdem empfiehlt es sich, eine ärztliche oder pharmazeutische Fachkraft zu fragen, wenn man Informationen zu möglichen Wechselwirkungen braucht:

- Nicht immer sind alle Wechselwirkungen eines Medikaments bekannt. Das gilt vor allem für neu zugelassene Arzneimittel. Aktuelle Forschungsergebnisse finden sich nicht immer unmittelbar im Beipackzettel wieder.
- Ob eine Wechselwirkung die Arzneimitteltherapie beeinflusst, kann individuell unterschiedlich sein. Mitbestimmend ist zum Beispiel, wie nahe die wirksame Dosis eines Arzneistoffs an der schädlichen Dosis liegt, wie lange das Medikament angewendet wird, wie hoch die Dosis ist oder ob Begleiterkrankungen vorliegen.
- Manchmal gibt der Beipackzettel Wechselwirkungen an, die Fachleute aus Versuchen „im Reagenzglas“ annehmen. Ob sich solche Wechselwirkungen tatsächlich auf die Therapie auswirken, ist nicht immer bekannt.
- Es kann vorkommen, dass die Ärztin oder der Arzt Wechselwirkungen aus therapeutischen Gründen bewusst in Kauf nimmt. Dann überwachen sie die Patienten zusätzlich oder passen die Dosis an. Fragen Sie im Zweifelsfall nach.

→ Wechselwirkungen mit Nahrungsergänzungsmitteln und frei verkäuflichen Arzneimitteln

Viele Medikamente kann man ohne Rezept in der Apotheke kaufen. Die meisten Krebspatientinnen und -patienten werden zu Hause auch rezeptfreie Arzneimittel haben. Daneben gibt es Nahrungsergänzungsmittel, die zum Beispiel Vitamine, Mineralien oder andere Substanzen enthalten. Selbst diese scheinbar harmlosen rezeptfreien Arzneimittel und Nahrungsergänzungsmittel können im Zusammenspiel mit Tumormedikamenten unerwünschte Folgen und Wechselwirkungen haben.

Wichtig: Führen Sie eine Liste aller Arzneimittel und sonstiger Mittel, die Sie anwenden. Das kann helfen, den Überblick zu behalten. Sind Sie gesetzlich versichert und nehmen Sie mindestens 3 verordnete Medikamente über mehrere Wochen gleichzeitig ein, erstellt der behandelnde Arzt einen Medikationsplan. Auch Apotheken müssen – auf Ihren Wunsch hin – den Medikationsplan bei Abgabe eines Arzneimittels entsprechend aktualisieren.

