



## Der richtige Umgang mit Medikamenten

### Wichtige Infos:

- Manche Medikamente machen abhängig. Diese Medikamente darf man nur kurze Zeit nehmen.
- Manche Medikamente darf man nicht teilen. Auch wenn sie in der Mitte einen Spalt haben.
- Manche Medikamente machen müde und langsam.
- Manche Medikamente darf man nicht im Liegen einnehmen.

### Und das können Sie selber tun:

Sie müssen die Medikamente richtig einnehmen!

Sonst helfen die Medikamente nicht.

Ihnen wird vielleicht übel. Oder Sie werden noch mehr krank.

Das nennt man Neben-Wirkungen von Medikamenten.

Das soll Ihnen nicht passieren!

Deshalb haben wir für Sie die wichtigsten Fragen und Antworten im Umgang mit Medikamenten aufgeschrieben.

Wenn Sie noch unsicher sind, sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

Lassen Sie diese Liste vom Arzt ausfüllen!

Datum	
Medikament	
Krankheit	
Einnahme	

Datum	
Medikament	
Krankheit	
Einnahme	

Datum	
Medikament	
Krankheit	
Einnahme	

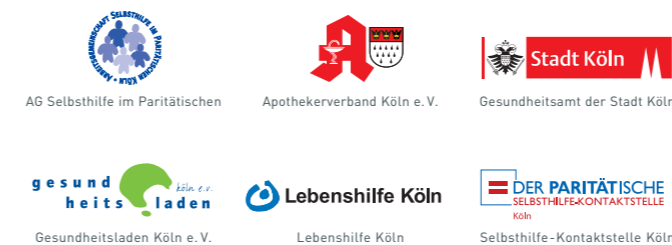
Impressum:

Apothekerverband Köln e. V.  
Gustav-Heinemann-Ufer 92  
50968 Köln-Bayenthal  
www.apothekerverband-koeln.de  
apothekeverband-koeln@t-online.de

ViSdP: Apothekerin Iris Zeien, Auf der Driesch 9, 51107 Köln.

© dialog.konzept GmbH, Haan

Im Auftrag der kommunalen Gesundheitskonferenz Köln:



### TIPPS

## für den richtigen Umgang mit Medikamenten!

Medikamente sind eine gute Sache. Sie machen Menschen wieder gesund.

Oder sie helfen kranken Menschen, besser mit ihrer Krankheit zu leben.

Medikamente gibt es in vielen unterschiedlichen Formen.

Zum Beispiel als Tablette oder als Tropfen.

Der Arzt verschreibt Ihnen die Medikamente, die Sie brauchen.



## Wie oft muss ich meine Medikamente einnehmen?

Der Arzt entscheidet, wie viele Medikamente Sie nehmen müssen. Und wie oft Sie Ihre Medikamente nehmen müssen, zum Beispiel:

- 1 mal am **Tag** heißt: alle **24 Stunden**
  - 2 mal am **Tag** heißt: alle **12 Stunden**
  - 3 mal am **Tag** heißt: alle **8 Stunden**
- } immer zur gleichen Uhrzeit

### TIPP

- Der Apotheker schreibt Ihnen die genauen Uhr-Zeiten auf!
- Es gibt Tabletten-Dosen mit einem Klingelton.



## Wie lange muss ich meine Medikamente einnehmen?

Der Arzt entscheidet, wie lange Sie Ihre Medikamente einnehmen müssen.

Manche Medikamente müssen Sie immer einnehmen. Zum Beispiel: Bei Blut-Hochdruck oder bei Epilepsie.

Manche Medikamente müssen Sie so lange nehmen, bis Sie wieder gesund sind. Zum Beispiel: Bei Fieber.

Manche Medikamente müssen Sie so lange nehmen, bis die Medikamenten-Packung leer ist. Zum Beispiel: Antibiotika bei einer Hals-Entzündung.

### TIPP

- Der Apotheker schreibt Ihnen auf, wie lange Sie Ihre Medikamente nehmen müssen.



## Wann genau muss ich meine Medikamente einnehmen?

Vor dem Essen bedeutet: 30 Minuten vor dem Essen.

Beim Essen bedeutet: Während Sie essen oder sofort danach.

### TIPP

- Der Apotheker schreibt Ihnen die genaue Uhr-Zeit auf einen Zettel.



## Mit welchem Getränk nehme ich meine Medikamente ein?

Nehmen Sie das Medikament mit Leitungswasser ein.

### TIPP

- Trinken Sie am besten ein ganzes Glas.



## Wenn ich Medikamente nehme, darf ich alles essen und trinken?

Bei einigen Medikamenten darf man bestimmte Dinge nicht essen und trinken.

Die Medikamente wirken dann nicht so gut und helfen nicht.

### TIPP

- Ihr Arzt schreibt Ihnen auf, welches Essen und welche Getränke Sie nicht zusammen mit Ihren Medikamenten nehmen dürfen.



## Welche Medikamente darf ich nicht zusammen mit anderen Medikamenten einnehmen?

Manche Medikamente dürfen Sie nur alleine einnehmen.

Sie vertragen sich nicht mit anderen Medikamenten.

Die Medikamente wirken nicht mehr so gut und helfen nicht.

### TIPP

- Fragen Sie den Apotheker, ob Sie Ihre Medikamente alle auf einmal einnehmen dürfen. Oder ob Sie die Medikamente nacheinander nehmen müssen.



## Wogegen helfen meine Medikamente?

Sie nehmen regelmäßig mehrere verschiedene Medikamente ein.

Fragen Sie Ihren Arzt, welches Medikament gegen welche Krankheit helfen soll.

### TIPP

- Ihr Arzt schreibt Ihnen die Antwort auf einen Zettel.



## Was muss ich über Nebenwirkungen wissen?

Wenn ein Medikament Ihnen nicht gut tut oder Ihnen übel wird, sprechen Sie sofort mit Ihrem Arzt.

Vielleicht ist das Medikament nicht das richtige für Sie.

Der Arzt verschreibt Ihnen ein anderes Medikament.

### TIPP

- Sprechen Sie sofort mit Ihrem Arzt.



## Was muss ich tun, wenn ich eine Allergie habe?

Allergisch kann man auf vieles reagieren. Zum Beispiel: auf Tierhaare oder auf bestimmte Lebensmittel.

Man muss viel niesen. Oder die Augen tränen.

Oder man bekommt schlecht Luft. Erzählen Sie dem Arzt von Ihren Allergien.

### TIPP

- Wenn Sie Allergien haben, soll Ihr Arzt Ihnen einen Allergie-Pass ausstellen. Im Pass stehen alle Sachen, die Sie nicht vertragen.



## Im Krankenhaus habe ich Medikamente bekommen. Nach dem Krankenhaus hat der Arzt mir andere Medikamente gegeben. Ist das in Ordnung?

Die Medikamente im Krankenhaus sind nur für die Patienten im Krankenhaus.

Nach dem Krankenhaus bekommen Sie ein neues Medikament von Ihrem Arzt.

Oft hat das Medikament einen anderen Namen.

Und das neue Medikament sieht anders aus. Das Medikament hat aber die gleiche Wirkung.

### TIPP

- Bei der Entlassung aus dem Krankenhaus bekommen Sie einen Brief für Ihren Arzt. In diesem Brief steht auch, welche Medikamente Sie im Krankenhaus bekommen haben. Fragen Sie Ihren Arzt: Er soll Ihnen die gleichen Medikamente verschreiben. Wenn es möglich ist.