



„Welche Medikamente darf ich nicht absetzen, Herr Doktor?“

Es ist ein intensiver Wunsch vieler Patienten: „Bitte weniger Medikamente!“ Doch es gibt zahlreiche Präparate, die Sie nicht „Hals über Kopf“ absetzen sollten. Welche, erfahren Sie im heutigen dritten und letzten Teil des „Medikamenten-ABC’s“

K wie Kalium

Kalium regelt den Blutdruck und stabilisiert die Herzfunktion. Etwa zwei bis vier Gramm brauchen wir pro Tag. Über die Nieren kann viel Kalium verloren gehen – zum Beispiel, wenn entwässernde Medikamente (Diuretika) eingenommen werden. **Warum?** Zu wenig Kalium im Blut kann gefährliche Herzrhythmusstörungen hervorrufen und den Blutdruck schwanken lassen. **Ausnahmen?** Mit dem Arzt sprechen, ob es nicht auch ohne Kalium-Medikamente „natürlich“ geht. Beispiel: Trocken-Aprikosen zum Naschen: In 100 Gramm steckt ein Gramm Kalium (etwa ein Drittel des Tagesbedarfs) – aber auch 250 Kilokalorien.

L wie Lithium

Lithium sorgt dafür, dass die Stimmungslage bei manisch-depressiven Beschwerden möglichst stabil bleibt. **Warum?** Wenn eine Lithium-Therapie (ohne Ersatz) abgesetzt wird, steigt das Risiko für Rückfälle deutlich an. Dann können sowohl depressive (niedergeschlagene) als auch manische Phasen (Euphorie mit Kontrollverlust) auftreten. **Ausnahme?** Der Lithium-Spiegel im Blut sollte regelmäßig kontrolliert werden. Ist die Dosierung zu hoch, kann eine Einnahmepause notwendig sein. Das entscheidet jedoch immer der Arzt, ebenso die Vorgehensweise bei zu starken Nebenwirkungen, wie etwa zu extreme Wassereinlagerungen.

N wie Nitrate

Nitrate als Tabletten entlasten das Herz, indem sie die Blutzufuhr dorthin reduzieren. Das geschieht, weil die Venen durch die Nitrate weiter werden. Dadurch können Herz-Überlastungen vermieden werden. Nitrate als Spray oder als sofort wirksame Flüssig-Beißkapsel (Nitroglycerin) helfen darüber hinaus sofort bei einer Minderversorgung des Herzens (Angina pectoris) oder Bluthochdruckkrisen. **Warum?** Wenn Nitrate verordnet wurden, ist der Grund dafür immer eine ernsthafte Herz-erkrankung. Ein Absetzen kann die Situation verschlimmern: Es kann zum Beispiel zum Pumpversagen des Herzens durch Überlastung führen oder einen Herzinfarkt entstehen lassen. **Ausnahme?** Eine Unverträglichkeit, die sich meist zu Beginn zeigt. Dann wird der Arzt in der Regel über ein Ersatz-Medikament nachdenken. Achtung: Nitrate und Viagra-ähnliche Medikamente passen nicht zusammen!

O wie Osteoporose-Medikamente

Bei einer Osteoporose, also dem Stabilitätsverlust der Knochen durch zu wenig eingelagertes Calcium, soll eine „Stärkung der Knochen“ erreicht werden. Das gelingt durch Calcium, Vitamin D und zum Beispiel die Medikamentenklasse der Bisphosphonate. **Warum?** Gerade bei älteren Frauen – die häufiger betroffen sind – werden einige dieser Medikamente leider ohnehin eher zu selten verordnet. Dabei können sie sehr gut dazu beitragen, die Knochen wieder zu stärken. Sie weisen zwar Nebenwirkungen auf, vor allem im Magen-Darmtrakt, doch bei richtiger Anwendung sind diese meist beherrschbar. **Ausnahme?** Werden die Medikamente ohne Ersatz weggelassen, drohen Knochenbrüche selbst bei banalen Tätigkeiten. Der Arzt sollte immer ge-

fragt werden. Sind die Nebenwirkungen zu Beginn zu stark, wie etwa Übelkeit, Erbrechen, Sodbrennen – berät Sie der Arzt zur richtigen Anwendung, medikamentösen Unterstützung oder zu Alternativen.

T wie Thrombozyten-Aggregationshemmer

Medikamente wie Aspirin kennt jeder. Sie senken Fieber und lindern Schmerzen. Doch der darin enthaltene Wirkstoff Acetylsalicylsäure ist auch ein echter Lebensretter. Er verhindert, gemeinsam mit einigen anderen Wirkstoffen, dass die Blutplättchen (Thrombozyten) gefährliche Blutgerinnsel bilden. **Warum?** Wenn Acetylsalicylsäure täglich (z. B. 100mg) verordnet wurde, soll dies Blutgerinnseln vorbeugen. Gleiches gilt auch für Substanzen wie Clopidogrel oder Ticagrelor. Ein Absetzen führt zu einem erhöhten Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko. **Ausnahme?** Eine Unverträglichkeit. Vorsicht ist auch bei Asthma oder in Kombination mit anderen blutverdünnenden Medikamenten (wie z. B. Marcumar, oder Apixaban) geboten. Fragen Sie bitte immer den Arzt und setzen Sie nie eigenmächtig eines der Mittel ab. Denn in diesem Fall ist das Risiko für eine Komplikation noch höher.

Z wie Zytostatika

Zytostatika (Chemotherapie) sollen ein überschießendes Zellwachstum – wie bei Krebs – eindämmen. Sogar einige Antibiotika zählen dazu. Das Prinzip ist immer ähnlich: Zytostatika schädigen bzw. zerstören Zellen mit hoher Stoffwechselrate, wie etwa Krebszellen, die besonders schnell wachsen. **Warum?** Bei Krebszellen ist die Wachstumskontrolle der Zellen defekt, sie vermehren sich unkontrolliert und ungebremst. Zytostatika sollen dies unterdrücken. Ein Absetzen kann die Prognose massiv verschlechtern. Dennoch: Oft fühlen sich die Betroffenen müde, schlapp, die Haare fallen aus oder die Schleimhäute leiden. Bitte fragen Sie hier offen und ohne falsche Scheu Ihren Arzt. **Ausnahmen?** Es gibt schwere Allergien, die ein „Umsteigen“ erforderlich machen, oder wenn im Verlauf der Therapie Herzschädigungen auftreten. Nebenwirkungen wie Übelkeit, Gelenkschmerzen und Ähnliches, sind heute meistens gut beherrschbar. Diese sollten daher in der Regel kein Grund für einen Abbruch sein. Gerade Frauen sollten sich trauen, ihren Gynäkologen nach Schleimhautproblemen im vaginalen Bereich und deren frühzeitiger (!) Behandlung zu fragen.

TEXT: DR. DIERK HEIMANN FOTO: CHRISTOF MATTES



Dr. med. Dierk Heimann

Er ist seit 20 Jahren Arzt und hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Natur-Medizin spezialisiert.

www.ihr-hausarzt-in-mainz.de

ANZEIGE

SCHNELL WIEDER MOBIL

Wir zeigen SCHMERZEN die rote Karte



SEPP MAIER

Der Rekord-Nationaltorhüter und Weltmeister stand bei 473 Bundesliga-Spielen im Tor. Auch er hat heute seine Beschwerden mit dem Rücken sowie den Muskeln und Gelenken.

So stellen wir uns das Leben vor: ein entspannter Strandtag mit den Liebsten, eine gemütliche Radtour oder eine Runde Minigolf. Alles perfekt, wären da nicht die Gelenk- und Muskelschmerzen, die uns ständig einen Strich durch die Rechnung machen.

Schnelle Hilfe mit Mobilat®

Diese Beschwerden einfach als Alltagszipperlein abzutun, wäre ein Fehler. Denn unbehandelt verschlimmern sich die Schmerzen nur noch weiter – bis schließlich das ganze Leben eingeschränkt ist. Aber zum Glück gibt es Hilfe aus der Apotheke: Schmerzsalben wie Mobilat® haben sich bei Rücken-, Muskel- und Gelenksbeschwerden bewährt. Außerdem fördert Mobilat® den Heilungsprozess bei Sehenscheiden- und Schleimbeutelentzündungen.

Wirksamkeit nachgewiesen

Für den Erfolg von Mobilat® ist die Flufenaminsäure verantwortlich. Der Inhaltsstoff dringt gezielt ganz

tief in das Schmerzzinnere ein und entfaltet dort seine 2-Fach-Wirkung.*** Er hemmt die Schmerzweiterleitung und bekämpft zugleich Entzündungen. Die gute Wirksamkeit wurde klinisch** nachgewiesen. Und in einer Anwendungsbeobachtung* gaben 97 Prozent der Teilnehmer an, von Mobilat® mit einer Besserung ihres Schmerzes zu profitieren. Die Verträglichkeit wurde mit gut beurteilt. Tolle Werte!

Klassiker in neuer Optik

Das neue Design der Muskel- und Gelenksalbe Mobilat® in weiß mit orangefarbenem Streifen und blauen Dreiecken ähnelt jetzt früheren Packungen, an die sich Viele sicher noch gut erinnern können. Ein Blick genügt, um die Schmerzsalbe, der Sie schon so lange vertrauen, zu entdecken!

** Nosedá, G. Reiner, M., Topical treatment with flufenamic acid in painful non-articular rheumatism, percutaneous use of flufenamic acid in orthopaedic diseases, Medical Praxis, 12 (2-3), 1991

*** Nowack et al, Nachweis von kutan applizierter Flufenaminsäure im Innenraum des Kniegelenkes, Arzneim.-Forsch./Drug Res. 36, Nr. 10 (1986)

Mobilat®
Bewährt bei Muskel- und Gelenkschmerzen

- Entzündungshemmend
- Antirheumatisch

97% zufriedene Verwender

Wieder da!
Im Original-Design von 2003

Mobilat®
Schnell wieder mobil.

STADA Arzneimittel

*Anwendungsbeobachtung 2007, STADA AG, Projekt-Nr.: CT-37114-060036. Mehr unter www.mobilat.de
Mobilat® Intens Muskel- und Gelenksalbe 3% Creme. Wirkstoff: Flufenaminsäure. Zur unterstützenden symptomatischen Behandlung von Schmerzen bei entzündlichen weichteilrheumatischen Erkrankungen wie Sehnenentzündung (Tendinitis) und Sehnen-scheidenentzündung (Tendosynovitis). Bei Zunahme der Beschwerden od. Beschwerden, die unvermindert länger als drei Tage anhalten, sollte ein Arzt aufgesucht werden. Enthält Sorbinsäure. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie bitte die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: Februar 2010. STADA GmbH, Stadastraße 2-18, 61118 Bad Vilbel.