



Sicherheit bei der Medikation

Tipps für Angehörige von pflegebedürftigen Menschen



Bei der Medikation richtig zu helfen, ist sehr wichtig.

Viele pflegebedürftige Menschen wenden regelmäßig Medikamente an, zum Beispiel Tabletten, Tropfen oder Salben mit Wirkstoffen. Oft helfen Angehörige dabei.

Richtig bei der Medikation zu unterstützen, ist für die Gesundheit pflegebedürftiger Menschen sehr wichtig. Es trägt dazu bei, dass Arzneimittel wirken können und nicht schaden. Eine falsche Medikation kann zum Beispiel Herz-Kreislauf-Probleme, Verwirrtheit oder Stürze verursachen.

Fachleute können unterstützen.

Die **Hausarztpraxis** ist die wichtigste Anlaufstelle für Fragen rund um die Medikation.

Auch die **Apotheke** muss umfassend zu Medikamenten beraten, zum Beispiel wie sie wirken und angewendet werden. Viele Apotheken bieten Beratung zu Hilfsmitteln wie Tabletten-Boxen an. Dort kann auch eine kostenpflichtige Medikations-Analyse beauftragt werden. Dabei wird überprüft, ob Arzneien sich gegenseitig beeinflussen.

Ambulante **Pflegedienste** können bei der Medikamenten-Versorgung unterstützen. Wie ein ambulanter Dienst beauftragt wird, erfährt man zum Beispiel bei einer Pflegeberatung.

Eine Beratungsstelle finden Sie kostenlos unter:

www.zqp.de/beratung-pflege

Die Aufgabe ist anspruchsvoll.

Bei der Medikation zu helfen, ist sehr verantwortungsvoll und anspruchsvoll. Dazu kann unter anderem gehören:

- Medikamente besorgen und richtig lagern
- regelmäßig daran erinnern, sie anzuwenden
- die Wirkung kennen und beobachten
- Informationen an Pflegedienst oder Arztpraxis weitergeben
- Tabletten verabreichen, Salben einreiben oder Augentropfen geben



Was ist für das Gespräch mit Fachleuten hilfreich?

- Bereiten Sie das Gespräch vor. Notieren Sie vorab Ihre Fragen und Anliegen.
- Legen Sie eine Übersicht aller verwendeter Medikamente vor (→ Medikationsplan).
- Sagen Sie gleich zu Gesprächsbeginn kurz, welche Fragen Sie besprechen möchten.
- Geben Sie den Fachleuten möglichst korrekte, genaue Informationen.
- Notieren Sie sich die Informationen sofort. Besser: Lassen Sie sich diese schriftlich mitgeben.

Gut informiert zu sein, trägt zur Sicherheit bei.

Wer bei der Medikation hilft, sollte Folgendes wissen:

- Wie soll das Medikament wirken?
- Welche Neben- und Wechselwirkungen können auftreten?
- Wie muss das Medikament aufbewahrt werden?
- Wie muss ein Medikament entsorgt werden?
- In welcher Dosis und zu welchem Zeitpunkt soll das Medikament angewendet werden?
- Wie soll das Medikament verabreicht oder aufgetragen werden?

Diese Informationen können Sie in der Arztpraxis, der Apotheke und zum Teil beim Pflegedienst einholen. Es ist auch hilfreich, die Packungsbeilage des Medikaments zu lesen.



Gut organisiert zu sein hilft, Probleme zu vermeiden.

Es ist wichtig, planvoll und umsichtig vorzugehen:

- Besorgen Sie ärztliche Rezepte und Medikamente rechtzeitig.
- Schreiben Sie auf die Verpackung bis wann ein Medikament noch haltbar ist, nachdem Sie es geöffnet haben.
- Prüfen Sie regelmäßig, ob die Medikamente noch haltbar sind. Entsorgen Sie abgelaufene oder beschädigte Arzneimittel korrekt.
- Beachten Sie, wie das Medikament gelagert werden muss, z. B. im Kühlschrank oder lichtgeschützt.
- Verwahren Sie Medikamente so, dass möglichst niemand sie versehentlich falsch anwenden kann.
- Führen Sie eine Medikamenten-Liste mit allen aktuell verwendeten Arzneimitteln. Dazu gehören die ärztlich verordneten Medikamente, aber auch selbst ausgewählte Arzneimittel einschließlich Naturheilmittel. Schreiben Sie auch auf, wann und wie diese genau angewendet werden.
- Wenn mehrere Medikamente angewendet werden, fragen Sie in der Arztpraxis auch nach einem ↗ Medikationsplan.

Was ist ein ärztlicher Medikationsplan?

Der Medikationsplan soll helfen, den Überblick zu behalten. Darin werden alle wichtigen Informationen zur Medikation festgehalten. Gesetzlich Krankenversicherte haben Anspruch auf einen solchen Plan, wenn sie mindestens drei Medikamente anwenden, die über den Blutkreislauf wirken. Der Medikationsplan wird vom Arzt oder von der Ärztin ausgestellt.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.kbv.de/html/medikationsplan.php

Medikamente richtig anzuwenden, ist entscheidend.

Grundsätzlich ist dabei zu beachten:

- Medikamente müssen genauso angewendet werden, wie ärztlich angeordnet. Wenn das nicht möglich ist oder Medikamente nicht wie beabsichtigt wirken, holen Sie zeitnah ärztlichen Rat ein.
- Lassen Sie sich erklären, wie Sie Tabletten, Kapseln, Augen- und Nasentropfen, Suspensionen, Salben, Zäpfchen und Inhalationen korrekt anwenden.
- Wenden Sie keinen Zwang an! Jeder hat das Recht, Medikamente abzulehnen, auch wenn dies negative Folgen für die Gesundheit hat.

Was bedeuten die Zeitangaben zur Anwendung?

morgens nüchtern	= 30 bis 60 Min. vor dem Frühstück
vor dem Essen	= mindestens 30 Min. vor dem Essen
2x täglich	= alle 12 Stunden
3x täglich	= alle 8 Stunden

5 wichtige Tipps zur Medikamenten-Einnahme

- 1** Waschen Sie Ihre Hände, bevor Sie Medikamente anfassen. Trocknen Sie sie gut ab, damit sich Tabletten nicht bereits in Ihren Händen auflösen.
- 2** Helfen Sie, den richtigen Zeitpunkt einzuhalten. Achten Sie auch darauf, dass es das richtige Medikament ist und die Dosis stimmt.
- 3** Reichen Sie zur Einnahme ein Glas Wasser ohne Kohlensäure. Bei Schluckproblemen geben Sie Medikamente mit einem Löffel Apfelmus oder Kartoffelbrei und anschließend etwas Wasser. Medikamente sollten zudem möglichst in einer aufrechten Position eingenommen werden.
- 4** Holen Sie fachlichen Rat ein, bevor Sie Tabletten teilen, auflösen oder Kapseln öffnen, ob das unbedenklich ist. Lassen Sie sich auch zeigen, wie Sie Tabletten richtig teilen. Dabei kann ein sogenannter Tabletten-Teiler helfen.
- 5** Um die Medikation für einige Tage vorzubereiten, können Sie eine Tabletten-Box nutzen. Es sind aber nicht alle Medikamente dafür geeignet. Verordnete Medikamente können auch individuell nach Einnahme-Zeiten vorsortiert und verpackt – "verblistert" – werden. Informieren Sie sich dazu und zu weiteren Hilfsmitteln in der Apotheke oder beim Pflegedienst.

Wo gibt es weitere Informationen?

Wissen und praktische Tipps zum Thema Medikamente im Alter und bei Pflegebedürftigkeit finden Sie kostenlos und werbefrei im Präventionsportal des ZQP: www.pflege-praevention.de