

## Hilfe beim Pillen-Puzzle: Tipps für pflegende Angehörige im Umgang mit Medikamenten

Viele Angehörige helfen dabei, dass pflegebedürftige Menschen zu Hause ihre oft lebenswichtigen Medikamente bekommen. Der richtige Umgang mit all den Tabletten, Salben und Tropfen ist entscheidend für die Gesundheit und kann leicht überfordern. Der neue ZQP-Kurzratgeber gibt pflegenden Angehörigen Tipps, wie sie zu einer sicheren Medikation beitragen können.

Berlin, 29. Januar 2020. Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) hat heute den *EINBLICK – Sicherheit bei der Medikation* in Berlin vorgestellt. Der neue Kurzratgeber erläutert verständlich, was Angehörige beachten sollten, wenn sie einen pflegebedürftigen Menschen im Umgang mit Medikamenten unterstützen. Die Orientierungshilfe ist eine Reaktion auf Befragungsergebnisse der Stiftung: 75 von 100 pflegenden Angehörigen übernehmen demnach regelmäßig Aufgaben in der Medikamentenversorgung eines nahestehenden pflegebedürftigen Menschen – vom Abholen des Rezepts über die Organisation der Arzneimittel bis zum Bereitstellen oder Verabreichen. Zwei Drittel von ihnen belastet dies. 77 Prozent berichteten zudem von Sicherheitsproblemen, die sie bei der Versorgung der pflegebedürftigen Person mit Arzneimitteln in den letzten Monaten vor der Studienteilnahme beobachtet hatten.

Dr. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender des ZQP, weiß um die Herausforderungen: „Angehörige übernehmen große Verantwortung in der Medikamentenversorgung und gewährleisten dadurch oft die häusliche Versorgung. Doch im Umgang mit den vielen Wirkstoffen und Präparaten kann man schnell unsicher werden. Teilweise stehen Angehörige vor einem regelrechten „Pillen-Puzzle“. Schwierig wird es auch dann, wenn die pflegebedürftige Person schlecht schlucken kann, die Medikamente nicht einnehmen möchte oder sie immer wieder vergisst.“ Dabei können die Folgen falsch angewandter Arzneimittel schwerwiegend sein – im schlimmsten Fall lebensbedrohlich. Entsprechend bedeutsam ist es, verantwortungsvoll mit Medikamenten umzugehen und richtig bei der Einnahme zu unterstützen.

Darum vermittelt der Kurzratgeber – bei einer Lesedauer von nur etwa 5 Minuten – wichtige Basis-Informationen und praktische Tipps. Wer bei der Medikation unterstützt, sollte zum Beispiel wissen, wie ein Medikament wirken soll, welche Neben- und Wechselwirkungen auftreten können, wann und in welcher Dosis es angewendet werden soll. Bei der Hilfe zur Einnahme von Tabletten ist unter anderem wichtig, dass die pflegebedürftige Person sich in einer möglichst aufrechten Position befindet, damit sie sich am Medikament nicht verschluckt. Bei Schluckproblemen kann man Medikamente mit einem Löffel Apfelmus oder Kartoffelbrei und anschließend etwas Wasser geben. Außerdem sollten Helfer die richtige Aufbewahrung im Blick behalten: Manche Medikamente müssen lichtgeschützt oder im Kühlschrank gelagert werden. Wenn mehrere Medikamente angewendet werden, kann ein ärztlich ausgestellter Medikationsplan dabei helfen, den Überblick zu behalten. Gesetzlich Krankenversicherte haben Anspruch auf einen solchen Plan, wenn sie mindestens drei Arzneimittel anwenden, die über den Blutkreislauf wirken. Nützlich zur sicheren Vorbereitung der Medikamenteneinnahme können auch Hilfsmittel wie Tabletten-Boxen und Tabletten-Teiler sein.

Grundsätzlich sollten Angehörige fachlichen Rat einholen, wenn sie Fragen zur Medikation haben. Die erste Anlaufstelle ist die Hausarztpraxis der pflegebedürftigen Person, aber auch Apotheken können Auskunft geben. Ratsam ist es, die Fragen vorher aufzuschreiben, die Informationen aus dem Gespräch direkt zu notieren oder sich idealerweise schriftlich mitgeben zu lassen.

Suhr: „In unserem EINBLICK haben wir wichtige Informationen übersichtlich zusammengefasst. Damit wollen wir Angehörige ermutigen, gezielt nachzufragen. Wenn Probleme in Bezug auf die Medikation auftauchen, sollte man zeitnah mit dem Arzt oder Apotheker sprechen und keine Scheu haben, Unklarheiten anzusprechen. Die Profis sollten hierzu verständlich beraten können.“

Der ZQP-EINBLICK ist werbefrei. Kommerzielle Interessen werden damit nicht verfolgt. Er kann kostenlos über die Webseite des ZQP bestellt und als PDF-Datei heruntergeladen werden: [www.zqp.de/bestellen](http://www.zqp.de/bestellen)

Pressekontakt | Torben Lenz | Tel: 030 275 93 95 – 15 | E-Mail: [torben.lenz@zqp.de](mailto:torben.lenz@zqp.de)