

Zu viele Medikamente: wie kann man sinnvoll auswählen welche Arzneimittel wirklich nützen

Andreas Sönnichsen

Das Wichtigste auf einen Blick

In Österreich werden jedes Jahr über 200 Millionen Packungen Medikamente eingenommen. Viele Menschen nehmen täglich fünf oder mehr unterschiedliche Medikamente ein. Das nennt man Polypharmazie.

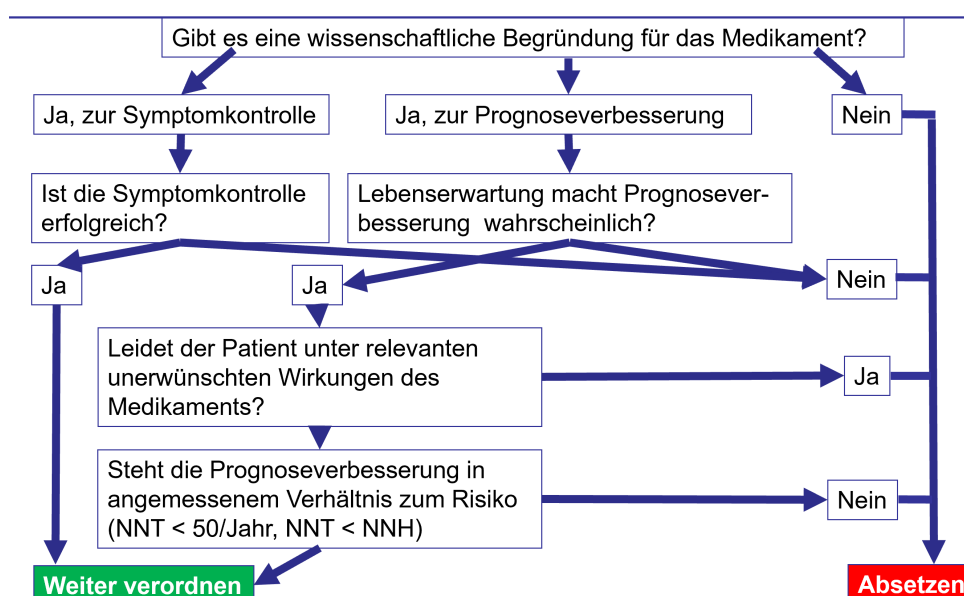
5-10% aller notfallmäßigen Krankenhausaufnahmen sind auf Nebenwirkungen von Medikamenten zurückzuführen. Die Hälfte dieser Spitalsbehandlungen wäre vermeidbar.

Neue Erkenntnisse und Aktuelles

Wir wissen, dass Polypharmazie nicht selten mehr schadet als nützt. Ärzt*innen und Patient*innen müssen gut zusammenarbeiten, um die notwendige und beste Medikation auszuwählen. Da heißt es auch manchmal, besser „nein“ zu sagen. Ehrlichkeit gewinnt!

Der folgende Entscheidungsbaum hilft bei der Entscheidung ob ein Medikament wirklich sinnvoll ist:

Entscheidungsbaum bei Polypharmazie



Das können Sie selbst tun

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt, ob ein Medikament wirklich sinnvoll ist. Stellen Sie dabei die folgenden Fragen:

1. Brauche ich das Arzneimittel wirklich?
 - zur Symptomkontrolle?
 - zur Prognoseverbesserung?
2. Hält das Medikament das, was es verspricht?
 - werden meine Beschwerden besser?
 - verbessert es meine Prognose?
 - Gibt es dafür wissenschaftliche Beweise?
3. Hat das Medikament Nebenwirkungen?
 - Bin ich vielleicht Opfer einer „Verschreibungskaskade“?
 - Tausche ich ein Symptom gegen ein anderes?
 - Ist das Medikament Nebenwirkung und Risiko wert für die erhoffte Prognoseverbesserung?
4. Will ich das Arzneimittel wirklich einnehmen?
 - oder nehme ich es nur, weil ich mich nicht traue, meiner Ärztin/ meinem Arzt zu widersprechen?
5. Muss ich das Medikament immer noch nehmen, oder hat es seinen Zweck schon erfüllt?
6. Fehlt mir der Mut, meiner Ärztin/meinem Arzt zu sagen, dass ich das Medikament nicht (mehr) nehmen will?