

Allgemeine Einnahmehinweise

Tabletten und Kapseln sind grundsätzlich im Stehen oder Sitzen mit aufrechtem Oberkörper einzunehmen. Bei bettlägerigen Patienten sollte darauf geachtet werden, dass der Oberkörper mindestens 45° angewinkelt ist. Außerdem sollte die Einnahme stets mit einem Glas Wasser (200-250 ml), in möglichst großen Schlucken getrunken, erfolgen. Dadurch ist eine schnelle Passage der Speiseröhre gewährleistet. Die Einnahme mit einer ausreichenden Menge Flüssigkeit bewirkt zusätzlich ein schnelleres Auflösen des Arzneimittels im Magen und damit eine schnellere Wirkung. Für einige Arzneimittel ist eine ausreichende Trinkmenge auch wichtig für die Wirkung (z. B. Hustenlöser).

Die meisten Tabletten lassen sich mit leicht in den Nacken zurückgelegtem Kopf besser schlucken; bei großen Hartgelatine kapseln dagegen ist ein leichtes Vorbeugen des Kopfes sinnvoll.

Stilles Mineralwasser (außer bei einigen Osteoporose-Medikamenten) oder Leitungswasser sind am besten geeignet zur Einnahme von Arzneimitteln. Andere Getränke (z. B. Kaffee, Tee, Limonaden, Fruchtsäfte, Milch, alkoholische Getränke) sind wegen möglicher Wechselwirkungen und Veränderungen der Wirksamkeit ungeeignet für die Medikamenteneinnahme. Besonders kritisch ist die Einnahme mit Alkohol. Er kann die (Neben-) Wirkungen vieler Medikamente verstärken, die im Nervensystem wirken. Auch Grapefruitsaft und Grapefruit haltige Lebensmittel können eine ungünstige Wirkung auf die Arzneimitteltherapie haben.

Einnahmezeitpunkte und Einnahmehinweise in Bezug auf die Nahrungsaufnahme

Der richtige Zeitpunkt der Einnahme und die Anwendung im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme sind vom jeweiligen Arzneimittel abhängig, allgemeingültige Aussagen sind nicht möglich. Auf jeden Fall sind die Angaben im Beipackzettel zu beachten.

Um Wechselwirkungen mit Nahrungsbestandteilen auszuschließen, werden einige Osteoporosemedikamente morgens auf nüchternen Magen eingenommen. Dasselbe gilt für Schilddrüsenhormone. Cortison-Präparate werden in aller Regel morgens unmittelbar nach dem Frühstück eingenommen. Die morgendliche Einnahme gilt auch für wassertreibende Medikamente (Diuretika), stimmungsaufhellende und aufputschende Arzneimittel.

Schlaf- und Beruhigungsmittel werden wegen der beabsichtigten Wirkung meist abends eingenommen. Aber auch muskelentspannende Medikamente machen häufig müde, außerdem besteht eine erhöhte Sturzgefahr, so dass die Einnahme am Abend erfolgen sollte. Cholesterin senkende Arzneimittel werden abends eingenommen, weil körpereigenes Cholesterin überwiegend in den Nachtstunden gebildet wird und sie damit effektiver wirken können.

Wird eine Einnahme „vor dem Essen“ empfohlen, heißt dies in aller Regel, dass das Arzneimittel eine halbe bis eine Stunde vor einer Mahlzeit mit Wasser eingenommen werden soll. Die Empfehlung „zum Essen“ bzw. „während des Essens“ bedeutet eine Einnahme in unmittelbarem Zusammenhang mit der Mahlzeit, während „nach dem Essen“ eine Einnahme 1-2 Stunden nach der Mahlzeit bedeutet.



Quelle: ABDA- Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände

Richtige Anwendung von Tabletten und Kapseln

erstellt von Apothekerin Christiane Roßner

(Mai 2011)

Entnahme von Tabletten und Kapseln aus Blistern

Die Entnahme von Tabletten und Kapseln erfolgt häufig durch Herausdrücken aus dem Blister. Mittlerweile setzen jedoch viele Hersteller verstärkte Verpackungsfolien ein, um das Öffnen durch Kinder zu erschweren. Allerdings haben dann auch Patienten mit eingeschränkten motorischen Fähigkeiten Probleme beim Herausdrücken der Tabletten oder Kapseln. Dann kann es hilfreich sein, die Folie vorsichtig mit einer Schere oder einem spitzen Messer einzuritzen.

Bei länglichen Hartgelatine-Steckkapseln kann zu starker Druck, v. a. auf die Kapselmitte, beim Öffnen der Blister zu einer Verformung oder einer versehentlichen Öffnung der Kapseln und gegebenenfalls zu Wirkstoffverlusten führen. Um dies zu verhindern, sollten die Kapseln durch leichten Druck auf die Kapselenden aus dem Blister herausgedrückt werden.

Bei Kapseln mit einem magensaftresistenten Filmüberzug kann dieser Film sehr druckempfindlich sein, v. a. am Übergang von Kapseloberteil und -unterteil. Eine Verletzung des Films bei zu starker Druckanwendung kann zu einer frühzeitigen Wirkstofffreisetzung führen, daraus kann eine Reizung des Magens durch den Wirkstoff oder ein Wirkungsverlust resultieren. Bei solchen Kapseln sollte deshalb die Blisterfolie vorsichtig abgezogen werden.

Auf die gleiche Weise werden die sehr zerbrechlichen und sehr feuchtigkeitsempfindlichen Lingualtabletten unmittelbar vor der Anwendung mit trockenen Fingern aus ihrem Blister entnommen.

Teilbarkeit von Tabletten (1)

Aus verschiedenen Gründen verordnen Ärzte auch häufig Tabletten, die vom Patienten geteilt werden müssen. Grundsätzlich sollten immer die Hinweise zur Teilbarkeit im Beipackzettel beachtet werden, manche Hersteller geben darin auch Hinweise, wie die Tabletten einfach und mit wenig Kraftaufwand geteilt werden können.

Grundsätzlich sollten nur Tabletten geteilt werden, die eine oder mehrere Bruchkerben aufweisen. Das Vorhandensein einer Kerbe ist allerdings nicht immer ein Zeichen dafür, dass die Tablette auch tatsächlich geteilt werden darf. Manche Hersteller versehen ihre Tabletten mit so genannten „Schmuckkerben“ zur leichteren Identifizierung. Zur Teilbarkeit der verordneten Tabletten kann das pharmazeutische Personal der Apotheke Auskunft geben.

Nicht geteilt werden dürfen magensaftresistent überzogene Tabletten, weil dadurch die Schutzwirkung des Films verloren geht. Auch Mantel- und Schichttabletten sowie viele Retardtabletten dürfen nicht geteilt werden, da sich sonst die Wirkstofffreisetzung aus den Tabletten verändert. Problematisch sind sehr kleine Tabletten oder Tabletten mit niedrigem Wirkstoffgehalt. Vorsicht ist auch bei Medikamenten mit Wirkstoffen geboten, die bereits in geringen Mengen (z. B. durch Staubbelastung beim Teilen) schwerwiegende (Neben-)Wirkungen entfalten und damit andere Personen im Haushalt gefährden können (z. B. Hormonpräparate, Zytostatika).

Teilbarkeit von Tabletten (2)

Das Teilen erfolgt am besten mit der Hand oder gegebenenfalls mit einem speziellen Tablettenteiler. Viele, v. a. runde Tabletten mit einer gewölbten Ober- und/ oder Unterseite oder mit stark ausgeprägten Bruchkerben, lassen sich einfach teilen, indem sie mit der gewölbten Seite nach unten auf eine harte Unterlage gelegt werden und mit dem Daumen ein sanfter Druck auf die Tablette ausgeübt wird. Tablettenteiler sollten regelmäßig gereinigt werden.

Küchen- oder Taschenmesser sollten aus Hygienegründen und aufgrund unzureichender Genauigkeit nicht zum Teilen verwendet werden. Außerdem können bei der Teilung mit dem Messer aufgrund der Druckbelastung kleine Bruchstücke wegspringen.

Mörsern von Arzneimitteln

Das Mörsern von Arzneimitteln kann aufgrund von Schluckbeschwerden des Patienten oder der Arzneimittelgabe über Sonden notwendig sein. Arzneimittel sollten nur dann gemörsert werden, wenn keine Alternativen (Säfte, Tropfen, Lingual-, Brausetabletten) zur Verfügung stehen. Es gibt nur wenige Informationen darüber, ob ein Arzneimittel mörserbar ist, der Apotheker oder Arzt kann Informationen dazu in speziellen Datenbanken oder über die Hersteller der Arzneimittel finden. Gemörsert werden sollte aufgrund der möglichen Staubbelastung und einer damit einhergehenden Gefährdung von anderen Personen im Haushalt nicht im offenen Mörser mit Pistill, sondern mit geschlossenen Tablettenmörsern, die in der Apotheke erhältlich sind.