

Gefährlicher Tabletten-Mix

Welche Tabletten nehmen Sie? – Arzneimittel-Report deckt Ärzte-Irrtümer auf

VON DORITA PLANGE

München – Patienten in Deutschland werden häufig Schmerzmittel verordnet, die sich im Nachhinein als ungeeignet und zum Teil sogar gefährlich herausstellen. Diese (vermeidbaren!) Risiken können speziell für herzkrankte, vorerkrankte und ältere Menschen dramatisch enden – bis hin zu lebensgefährlichen Folgen wie einem Darmverschluss oder der Verschlechterung einer bestehenden Herzinsuffizienz. Auch frei verkäufliche Schmerzmittel wie Diclofenac & Co sind keineswegs harmlos, nur weil es sie ohne Rezept gibt. Das geht aus dem aktuellen Arzneimittelreport 2023 der Krankenkasse Barmer hervor. Zwei Experten bewerteten die Ergebnisse:

Der Arzneimittelreport untersucht die medikamentöse Schmerztherapie von ambulant behandelten Barmer-Versicherten ab 18 Jahren ohne Tumorerkrankung. Demnach erhielten hochgerechnet rund 17,1 Millionen gesetzlich Versicherte im Jahr 2021 eine medikamentöse Schmerztherapie.

■ Gefährliche Irrtümer bei Ibuprofen & Co.

Dabei stellte sich heraus: Rund 526 000 Versicherte bekamen trotz Herzinsuffizienz nichtsteroidale Antirheumatika (NSAR) wie Ibuprofen oder Diclofenac verschrieben. Dabei raten medizinische Leitlinien von dieser Kombination definitiv ab, da auch ein nur kurzer Einsatz dieser Medikamente die Leistung des Herzens deutlich verschlechtern kann. Dadurch können die Zahl der Klinikaufenthalte und das Sterberisiko steigen. „Gerade die Kombi vermeintlich harmloser Schmerzmittel kann fatale Folgen haben. Die meist durch mehrere Ärzte verordnete Therapie ist ohne digitale Unterstützung kaum mehr überschaubar“, warnt Prof. Dr. Christoph Straub, selbst Arzt und Vorstandsvorsitzender der Barmer.

■ Jedes Schmerzmittel hat Nebenwirkungen

Straub fordert den verbindlichen Einsatz digitaler Helfer in der Arzneimittel-Versorgung, um den Überblick über die Gesamtmedikation und alle Neben- und Wechsel-



Wer Schmerzmittel nimmt, sollte die Wechselwirkungen kennen. Das gilt auch für nicht verschreibungspflichtige Medikamente. Im Zweifelsfall sollten Sie immer Ihren Arzt oder Apotheker fragen.

FOTOS: MAURITIUS IMAGES (3), BARMER, KLINIKUM SAARBRÜCKEN



Prof. Christoph Straub
Vorstand BARMER

wirkungen zu behalten. Das sei zwingend erforderlich, da es eine nebenwirkungsfreie Schmerzmitteltherapie bislang nicht gebe. Zudem seien Schmerzmittel wie Ibuprofen, Diclofenac und Co. auch rezeptfrei erhältlich.

■ Schwere Fehler bei Opioid-Therapien

Auch bei den Therapien mit starken Schmerzmitteln geschahen aus Experten-Sicht in drei von zehn Fällen schwerwiegende und vermeidbare Fehler. Davon waren bei der Opioid-Therapie laut Arzneimittelreport tausende Patienten beim Einsatz von Medikamenten betroffen. „Demnach bekamen im Jahr 2021 hochgerechnet rund 2,7 Millionen gesetzlich Versicherte ohne Tumorer-



Ältere Menschen müssen häufig über längere Zeiträume mehr als fünf Tabletten täglich nehmen.

krankung in Deutschland ein Opioid, also ein sehr starkes Schmerzmittel wie Morphinvarianten, verschrieben. Doch drei von zehn Betroffenen erhielten parallel dazu kein Abführmittel, wie es die medizinischen Leitlinien vorsehen. Dadurch vervielfacht

sich sogar das Risiko für einen Darmverschluss. Fünf von 10 000 Patienten mit einer sogenannten Opioid-Therapie müssen jedes Jahr wegen dieser Komplikation ins Krankenhaus. Dies wäre vermeidbar, wenn Abführmittel bereits vorsorglich verordnet



Prof. Daniel Grandt
Chefarzt Klinikum Saarbrücken

und eingenommen würden“, sagte Studienautor Prof. Dr. Daniel Grandt, Chefarzt am Klinikum Saarbrücken.

■ Wechselwirkungen mit Beruhigungsmitteln

Beim Einsatz von sehr starken Schmerzmitteln gebe es weitere Risiken. So sollten Opiode nicht zusammen mit Beruhigungsmitteln, sogenannten Tranquilizern, angewendet werden, weil die Gefahr schwerer Nebenwirkungen bis hin zu vermehrten Todesfällen drohe. Dennoch habe rund jeder Zehnte – also 40 100 Barmer-Versicherte – mit einer Opioidverordnung entgegen der Leitlinienempfehlungen zugleich ein Beruhigungsmittel erhalten. Hier würden Patienten vermeidbar gefährdet.

■ Metamizol birgt große Gefahren für Ältere

Gerade auch den Älteren drohen Gefahren durch riskante Medikamenten-Kombinationen. Den Ergebnissen des Arzneimittelreports zufolge – gestützt auf die Analysen eines interdisziplinären Wissenschaftler-Teams an der Kölner Universität – kommt es auch bei der Verordnung von Metamizol, einem Mittel gegen Schmerzen, Fieber und Koliken, immer wieder zu riskanten Konstellationen.

Im Jahr 2021 wurde rund 959 000 erwachsenen Barmer-Versicherten Metamizol verschrieben. Das Medikament kann in Einzelfällen schwerste Schädigungen der blutbildenden Zellen verursachen. Vervielfacht wird dieses Risiko insbesondere bei den über 80-Jährigen, wenn sie neben Metamizol auch noch ein Medikament zur Behandlung von Entzündungen und Krebs erhalten, nämlich Methotrexat.

Obwohl die gleichzeitige Medikamentenvergabe zumindest für diese Altersgruppe als No-Go gilt, erhielten 1,1 Prozent – also 10 100 der mit Metamizol behandelten Barmer-Versicherten – gleichzeitig beide Präparate. 22,4 Prozent dieser Versicherten waren bereits 80 Jahre. Die Wissenschaftler kamen zu dem Schluss: „Das Schmerzmittel Metamizol wird zu unkritisch eingesetzt.“

■ Warnsystem könnte Tausende Leben retten

Zur Vermeidung der teils lebensgefährlichen Gefahren können Ärzte digitale Unterstützung bekommen. Die Barmer betreibt das Projekt AdAM, das Hausärzte beim Medikamenten-Management unterstützt und direkt warnt vor Risiken und Wechselwirkungen. Der Datentransfer erfolgt über ein von der Barmer beauftragtes Rechenzentrum über das geschützte Portal einer Kassenärztlichen Vereinigung.

Zielgruppe sind erwachsene Patienten, die mehr als sechs Monate lang mindestens fünf Medikamente einnehmen. „Eine wirksame Hilfe“, meint Prof. Grandt. Wenn dieses System in die Regelversorgung komme, dann könne AdAM jedes Jahr bis zu 70 000 Menschen das Leben retten.

AKTUELLES AUS DER MEDIZIN

Trauer um Prof. Gustav Paumgartner

München – Professor Gustav Paumgartner war ein international renommierten Experte auf dem Gebiet der Lebererkrankungen. Am Samstag ist er mit fast 90 Jahren in seiner Wahlheimat Wien gestorben. Prof. Gustav Paumgartner war 20 Jahre lang Direktor der Medizinischen Klinik II am Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität. „Er hat unseren internationalen Ruf durch seine Forschung zur Behandlung von Leber- und Gallenerkrankungen, seine Mentorenschaft für zahlrei-



Prof. Gustav Paumgartner
war Direktor am LMU-Klinikum.

che akademische Schüler und seine Präsidentschaft verschiedener Fachgesellschaften und als Mitherausgeber des New England Journal of Medicine begründet“, schreibt Prof. Markus M. Lerch, Ärztlicher Direktor des Klinikums. Lerche weiter: „Wir verlieren mit ihm einen inspirierenden Forscher, Kliniker, und einfühlsamen und klugen akademischen Lehrer und werden ihn in dankbarer und ehrenvoller Erinnerung bewahren.“

Blutspenden in der Erkältungszeit

München – Ferien- und Erkältungszeit – diese Kombination bedeutet eine Herausforderung für die Blutspendendienste, um eine ausreichende Versorgung mit Blutpräparaten gewährleisten zu können. Dies meldet der Blutspendendienst des Bayerischen Roten Kreuzes.

Für Menschen mit Erkältungs- oder Grippe-symptomen gelten folgende Wartezeiten: Bei einer Erkältung oder einem grippähnlichen Infekt mit Schnupfen, reicht es, bis eine Woche nach Abklingen der Symptome zu warten. Vier Wochen warten sollte, wer einen Infekt mit Fieber und stärkeren Beschwerden hat-



Das BRK ruft auf zu Blutspenden.

FOTO: WÜSTNECK/DPA

te, zum Beispiel Influenza, Bronchitis, akute Sinusitis und beziehungsweise oder mit antibiotischen Medikamenten behandelt wurde. Umso wichtiger sei es für Spender, die gesund und nicht verreist sind, die Blutspendetermine in den kommenden Wochen kontinuierlich hoch auszulasten, schreibt der Blutspendendienst des BRK. Zudem böte ein breit gefächertes Terminangebot Erstspendern im Oktober die perfekte Einstiegs-Gelegenheit, eine Karriere als Lebensretter zu starten. Alle aktuellen Termine sind kostenfrei unter der Telefonnummer 0800 / 11 949 11 oder im Internet unter www.blutspendendienst.com tagesaktuell abrufbar.

Haben Sie Fragen? Telefon-Hotline für alle Patienten

Die Krankenkasse Barmer in Bayern betreibt ab sofort eine Hotline zum Thema Schmerz. Damit bietet die Krankenkasse all jenen eine Anlaufstelle, die im Alltag unter Schmerzen leiden und regelmäßig Medikamente dage-

gen einnehmen. Der Arzneimittelreport 2023 zeigt ein drucksvoll, welch fatale Folgen Schmerzmittel in Kombination mit anderen Arzneimitteln bzw. bei bestimmten Vorerkrankungen jederzeit und für viele völlig überras-

chend haben können. Dies gilt für rund 20 Millionen Menschen in Deutschland, die fünf und mehr Medikamente gleichzeitig einnehmen. „Schmerzen können den Alltag zur Tortur machen. Unsere neue Hotline

beantwortet konkrete Fragen zu Schmerzen und ihrer Behandlung, damit keine unnötigen Risiken entstehen“, so Alfred Kindshofer, Landesgeschäftsführer der Barmer in Bayern. An der Hotline, die täglich 18 Stunden lang zur

Verfügung steht, beantworten Expertinnen und Experten auch Fragen zur Sicherheit der Arzneimitteltherapie, die sich nun vermutlich viele Patienten stellen: Welche Arznei-Kombinationen sind riskant? Mit welchen

Wechselwirkungen muss man rechnen? Und welches Schmerzmittel ist für mich das richtige? Die Hotline ist ab sofort geschaltet und täglich von 6 bis 24 Uhr unter der kostenlosen Rufnummer 0800 84 84 111 erreichbar.

Bluthochdruck: So effektiv sind Bewegung und gute Ernährung

München – In Deutschland leiden etwa 20 Millionen Menschen an Bluthochdruck. Viele müssen Tabletten nehmen, um ihre Messwerte in den Griff zu bekommen. Doch auch die richtige Ernährung und Sport können dabei helfen, den Blutdruck zu senken. In unserer Zeitung erklärt der Präventionsmediziner Professor Martin Halle vom Uniklinikum rechts der Isar die Hintergründe.

Es gibt kaum eine Volkskrankheit, die so oft unterschätzt wird wie Bluthochdruck. Viele Menschen wissen überhaupt nichts von ih-



Präventionsmediziner
Professor Martin Halle.

rem Problem – und gerade Patienten mit vergleichsweise moderat erhöhten Werten glauben oft, ihre Ergebnisse seien nicht gefährlich. Doch dies ist ein Trugschluss. Auch

Werte, die vermeintlich nur leicht über dem Idealwert von 120/80 mmHg liegen, können auf Dauer gravierende Schäden an den Gefäßen anrichten. Das haben u. a. Analysen chinesischer Wissenschaftler gezeigt. Danach verdoppelt sich beispielsweise bei Messwerten zwischen 130/85 und 139/89 das Herzinfarkt-Risiko. Bei Patienten mit einem Blutdruck zwischen 120/80 und 140/90 steigt die Schlaganfallgefahr um 66 Prozent.

Umgekehrt gilt: Solche Erhöhungen lassen sich durch Lebensstilveränderungen oft

gut beeinflussen. Mit Sport und einer gesunden Ernährung lässt sich der Blutdruck in der Regel um fünf bis zehn mmHg senken, in manchen Fällen ist sogar noch etwas mehr Effekt drin. Trotzdem sollte man nicht gleich im Fitnessstudio oder mit Laufschuhen Vollgas geben. Denn wer seinem Körper völlig untrainiert ungewohnt starke Belastungen zumutet, der riskiert gefährliche Blutdruckspitzen. Manchmal kann es sinnvoll sein, erstmal vorübergehend ein blutdrucksenkendes Medikament einzunehmen, bis sich der Organis-

mus an den Sport gewöhnt und ein positiver Effekt eingestellt hat. Bei der Bewegung ist neben Augenmaß die Regelmäßigkeit entscheidend. Wer kontinuierlich trainiert, der profitiert davon enorm – nicht nur mit Blick auf seine Blutdruckwerte. So hilft ein regelmäßiger Übungsprogramm aus Kraft-, Koordinations- und Ausdauertraining dabei, bis ins hohe Alter mobil und selbstständig zu bleiben. Den Beweis treten zahlreiche Senioren an, die in ihren Betreuungseinrichtungen am bestform Training teilnehmen, das Sportwissen-

schaffler der TU München entwickelt haben. Die Effekte werden derzeit in einer der größten wissenschaftlichen Studien ihrer Art weltweit ausgewertet.

Neben Bewegung ist gesunde Ernährung ein Schlüssel, um den Blutdruck im Griff zu halten. Ein entscheidender Punkt: Essen Sie möglichst wenig Salz! Es gelangt in die Blutbahn und bindet Wasser. Dadurch steigt das Blutvolumen und als Folge der Blutdruck. Viel Salz steckt in Wurst, Käse und Brot. Man sollte öfter mal darauf verzichten.

svs