

8. AUF WELCHE DIENSTE KANN ICH FÜR MEINE MEDIKAMENTENEINNAHME ZURÜCKGREIFEN?

Es gibt Dienste, die Sie bei Ihrer Medikamenteneinnahme begleiten. Diese werden unter bestimmten Bedingungen von Ihrer Krankenkasse erstattet.

- **Referenzapotheker:** Wenn Sie an einer chronischen Krankheit leiden, können Sie einen Referenzapotheker wählen, der Sie bei der Medikamenteneinnahme beraten und betreuen kann. Ihr Referenzapotheker zieht eine Bilanz über die Arzneimittel, die Sie einnehmen, unabhängig davon, ob sie verschreibungspflichtig oder frei verkäuflich sind.
- **Medikationsplan:** Der Medikationsplan, den Ihr Referenzapotheker erstellt, umfasst nicht nur die Namen der von Ihrem Arzt verschriebenen Medikamente, sondern auch die Namen anderer rezeptfreier Produkte, die Sie in der Apotheke erwerben. Der Plan enthält außerdem Informationen wie die Dosierung, die Stärke oder den Einnahmezeitpunkt eines jeden Arzneimittels.
- **Globale Medizinische Akte (GMA):** Die GMA wird von Ihrem Hausarzt verwaltet. Diese Akte ermöglicht es Ihren Ärzten, medizinische Daten sowie Daten bezüglich Ihrer Verordnungen untereinander auszutauschen. Sie müssen zuvor Ihre Zustimmung erteilen.
- **Geteilte Pharmazeutische Akte (GPA):** Vorbehaltlich Ihrer Einwilligung kann jeder Apotheker auf eine Übersicht der Medikamente zugreifen, die Sie in den letzten 12 Monaten erworben haben.



8 Fragen, die Sie sich stellen sollten, wenn Sie mehrere Medikamente einnehmen



Verantwortlicher Herausgeber: X. Brenez - Landesbund der Freien Krankenkassen / Route de Lennik 788A, 1070 Brüssel / 2022 / F-Pol-D



Gesellschaftssitz:
Route de Lennik 788A
1070 Brüssel - Belgien (RJP Brüssel)
www.mloz.be - Unternehmensnr. 0411.766.483
Verantwortlicher Herausgeber: Xavier Brenez



Sie nehmen für die Behandlung verschiedener Krankheiten mehrere Medikamente ein? Dann ist es wichtig, dass Sie regelmäßig mit Ihrem Arzt und Ihrem Apotheker darüber sprechen und Ihre möglichen Fragen **oder** Bedenken mitteilen. Nachfolgend sind 8 Fragen aufgelistet, die Sie sich selbst über Ihre Medikamenteneinnahme stellen sollten.

1. WAS IST MULTIMEDIKATION?

Unter Multimedikation versteht man die gleichzeitige Einnahme von mindestens 5 verschiedenen Medikamenten pro Tag.

2. ICH NEHME MEHR ALS 5 MEDIKAMENTE PRO TAG EIN, IST DAS EIN PROBLEM?

Mit zunehmendem Alter treten häufig auch ein oder mehrere Leiden auf. Um diesen entgegenzuwirken, müssen oft mehrere Medikamente eingenommen werden. Bei richtiger Anwendung helfen Arzneimittel, Krankheiten vorzubeugen, sie zu heilen oder ihre Symptome zu lindern. Die gleichzeitige Einnahme von mehreren Medikamenten jedoch sollte mit Bedacht abgewogen werden: Es ist wichtig, dass Sie die verwendeten Pharmazeutika regelmäßig mit Ihrem Arzt oder Ihrem Apotheker durchgehen und mit ihm besprechen, ob alle Medikamente weiterhin notwendig und wirksam sind und ob sie richtig angewendet werden.

3. WELCHE MÖGLICHEN RISIKEN BESTEHEN BEI DER EINNAHME MEHRERER MEDIKAMENTE, WENN MAN ÄLTER IST?

Mit dem Alter nehmen auch die unerwünschten Nebenwirkungen oder Beschwerden zu, die in direktem Zusammenhang mit der Einnahme von Arzneimitteln stehen. Verschiedene Medikamente können sich gegenseitig beeinflussen. Die Wirkung bestimmter Medikamente kann durch die gleichzeitige Einnahme mehrerer Pharmazeutika verstärkt bzw. abgeschwächt werden oder zu ernsthaften Gesundheitsproblemen führen: Zunahme von Stürzen und damit einhergehend das Risiko von Knochenbrüchen, Verdauungsstörungen, Inkontinenz, vermehrte Krankenhauseinweisungen usw.

Die Einnahme von mehreren verschiedenen Medikamenten kann auch einen negativen Einfluss auf die Einhaltung der Behandlung haben und es kann vorkommen, dass die Arzneimittel irgendwann nicht mehr wie von Ihrem Arzt verordnet eingenommen werden.

4. WARUM IST ES WICHTIG, MIT MEINEM ARZT UND MEINEM APOTHEKER ÜBER DIE EINNAHME MEINER MEDIKAMENTE ZU SPRECHEN?

Es ist wichtig, dass Sie Ihre Medikamente kennen: Zu wissen, wozu ein Arzneimittel dient, hilft, es richtig einzunehmen. Ihre gesundheitliche Situation kann sich nämlich im Laufe der Zeit ändern. Deshalb sollten Sie regelmäßig mit Ihrem Arzt und Ihrem Apotheker über die Einnahme Ihrer Medikamente sprechen, damit diese überprüfen können, ob alle Pharmazeutika weiterhin angemessen sind. Dadurch lassen sich eine zu hohe bzw. zu niedrige Dosierung oder eine falsche Anwendung vermeiden.

5. ICH HABE FRAGEN ZU MEINER BEHANDLUNG: WAS SOLL ICH TUN?

Sie stellen unangenehme Nebenwirkungen fest (z.B. Verwirrtheit, Schläfrigkeit, Blutungen, Mundtrockenheit)? Sie haben Schwierigkeiten bei der Einnahme Ihrer Medikamente (z.B. zu große Tabletten, andere Farbe oder Verpackung)? Sie vergessen regelmäßig, Ihre Medikamente einzunehmen? Sie nehmen zusätzlich zu Ihrer laufenden Behandlung andere Medikamente ein? Ihr Umfeld stellt eine Veränderung Ihres Zustands fest? Dann wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Ihren Apotheker und teilen Sie ihm alle beobachteten oder empfundenen Veränderungen mit. Er kann Sie über die Einnahme, die möglichen Wechselwirkungen und die Form Ihrer Medikamente informieren und Ihnen ggf. Hilfsmittel vorschlagen.

6. ICH HABE SCHWIERIGKEITEN, MEINE MEDIKAMENTE REGELMÄSSIG EINZUNEHMEN, GIBT ES LÖSUNGEN FÜR DIESES PROBLEM?

Je nach Situation gibt es verschiedene Hilfsmittel, die Ihnen die regelmäßige Einnahme Ihrer Medikamente erleichtern:

- **Medikationsplan:** Ihr Arzt oder Ihr Apotheker kann Ihnen einen Medikationsplan erstellen. Dieser Plan gibt Ihnen einen Überblick über die Medikamente, die Sie nehmen, und beinhaltet praktische Informationen über die Art und Weise sowie den Zeitpunkt der Medikamenteneinnahme.

- **Medikamentendosierer:** Der Medikamentendosierer ist eine Dose mit mehreren Fächern, in die die Medikamente nach Tageszeit in ihrer richtigen Dosierung eingeordnet werden können. Wenn Sie Schwierigkeiten beim korrekten Befüllen Ihres Medikamentendosierers haben, sollten Sie jemanden um Hilfe bitten.

- **Individuelle Medikamentenzusammenstellung:** Sie können bei Ihrem Apotheker eine individuelle Medikamentenzusammenstellung anfragen und Ihre Medikamente einnahmebereit, nach Einnahmezeitpunkt sortiert (z.B. morgens, mittags, abends, vor dem Schlafengehen), zu Ihnen nach Hause liefern lassen.

- **Wecker oder Erinnerung:** Damit Sie an die Einnahme Ihrer Medikamente denken, können Sie sich auch ganz einfach einen Wecker setzen oder eine Erinnerung machen oder Sie bitten Ihre Angehörigen, Sie daran zu erinnern.

7. WELCHE NÜTZLICHEN INFORMATIONEN SOLLTE ICH MIT MEINEM ARZT UND MEINEM APOTHEKER TEILEN?

Es ist wichtig, dass Sie Ihrem Arzt oder Ihrem Apotheker alle Informationen über Ihre Medikamenteneinnahme mitteilen: Nehmen Sie Nahrungsergänzungsmittel oder andere Selbstmedikationspräparate (z.B. Vitamine)? Haben Sie kürzlich Ihre Medikation abgesetzt oder geändert? Stellen Sie neue Symptome oder unerwartete, plötzlich auftretende Wirkungen fest?

Teilen Sie auch andere Informationen mit, die mit Ihrer persönlichen Situation zusammenhängen und die sich auf die medikamentöse Behandlung auswirken können: kürzlicher Tod Ihres Partners, Schwierigkeiten beim Verstehen von schriftlichen Informationen, kürzlicher Krankenhausaufenthalt, Sturz, Inkontinenz-, Gedächtnis- oder Gleichgewichtsprobleme. Schreiben Sie sich Ihre Fragen auf, damit Sie sie nicht vergessen.

