

# Sicherheit bei der Medikation

Tipps für Angehörige von pflegebedürftigen Menschen



## Bei der Medikation richtig zu helfen, ist eine wichtige und anspruchsvolle Aufgabe.

Viele pflegebedürftige Menschen wenden regelmäßig Medikamente an. Dazu gehören zum Beispiel Tabletten, Kapseln, Augen- und Nasentropfen, Suspensionen, Salben, Zäpfchen und Inhalationen. Oft helfen Angehörige dabei.

Die richtige Unterstützung bei der Medikation ist für die Gesundheit pflegebedürftiger Menschen sehr wichtig. Sie trägt dazu bei, dass Arzneimittel wirken können und nicht schaden. Eine falsche Medikation kann zum Beispiel Herz-Kreislauf-Probleme, Schwindel oder Stürze verursachen.

Bei der Medikation zu helfen, ist daher sehr verantwortungsvoll. Dazu kann unter anderem gehören:

- Medikamente besorgen und richtig lagern
- regelmäßig daran erinnern, sie anzuwenden
- die Wirkung kennen und beobachten
- Informationen an Pflegedienst oder Arztpraxis weitergeben
- Tabletten verabreichen, Salben auftragen oder Augentropfen geben

## Fachleute können unterstützen.

Die **Hausarztpraxis** ist die wichtigste Anlaufstelle für Fragen rund um die Medikation.

Auch die **Apotheke** muss umfassend zu Medikamenten beraten, zum Beispiel wie sie wirken und angewendet werden. Viele Apotheken bieten Beratung zu Hilfsmitteln wie Tablettenboxen an. Dort kann auch eine Medikations-Analyse beauftragt werden. Dabei wird überprüft, ob Arzneien sich gegenseitig beeinflussen.

Ambulante **Pflegedienste** können bei der Medikation unterstützen. Informationen über Pflegedienste erhält man zum Beispiel bei einer Pflegeberatung. Eine Beratungsstelle in Ihrer Nähe können Sie mit der ZQP-Datenbank suchen:

[www.zqp.de/beratung-pflege](http://www.zqp.de/beratung-pflege)



### Was ist für das Gespräch mit Fachleuten hilfreich?

- Bereiten Sie das Gespräch vor. Notieren Sie vorab Ihre Fragen und Anliegen.
- Legen Sie eine Übersicht aller verwendeten Medikamente oder einen Medikationsplan vor (↗ Seite 3).
- Sagen Sie zu Gesprächsbeginn, welche Fragen Sie besprechen möchten.
- Geben Sie den Fachleuten möglichst korrekte, genaue Informationen.
- Notieren Sie sich die Informationen sofort. Besser: Lassen Sie sich diese schriftlich mitgeben.

## Gut informiert zu sein, trägt zur Sicherheit bei.

Wer bei der Medikation hilft, sollte Folgendes wissen:

- Wie soll das Medikament wirken?
- Welche Neben- und Wechselwirkungen können auftreten?
- In welcher Dosis und zu welchem Zeitpunkt soll das Medikament angewendet werden?
- Wie soll das Medikament verabreicht oder aufgetragen werden?
- Wie muss das Medikament aufbewahrt werden?

Diese Informationen können in der Arztpraxis, der Apotheke und zum Teil bei Pflegefachpersonen eingeholt werden. Es ist zudem ratsam, die Packungsbeilage des Medikaments zu lesen.



## Gute Organisation hilft, Probleme zu vermeiden.

Für eine sichere Medikation ist es wichtig, planvoll und umsichtig vorzugehen:

- Besorgen Sie ärztliche Rezepte und Medikamente rechtzeitig.
- Prüfen Sie, wie lange ein Medikament nach dem ersten Öffnen haltbar ist. Notieren Sie auf der Verpackung, bis zu welchem Tag es verwendet werden kann.
- Prüfen Sie regelmäßig, ob die Medikamente noch haltbar sind. Entsorgen Sie abgelaufene oder beschädigte Arzneimittel. Erkundigen Sie sich in der Apotheke, wie Medikamente korrekt entsorgt werden.
- Beachten Sie, wie das Medikament gelagert werden muss, etwa im Kühlschrank oder lichtgeschützt.
- Verwahren Sie Medikamente so, dass möglichst niemand sie versehentlich falsch anwenden kann.
- Führen Sie eine Liste mit allen aktuell verwendeten Arzneimitteln. Dazu gehören ärztlich verordnete sowie selbst ausgewählte Arzneimittel, auch Naturheilprodukte. Schreiben Sie auch auf, wann und wie diese angewendet werden. Fragen Sie den Arzt oder die Ärztin nach einem Medikationsplan (→ Kasten unten).

### Was ist ein ärztlicher Medikationsplan?

Der Medikationsplan soll helfen, den Überblick zu behalten. Er enthält alle wichtigen Informationen zur Medikation. Dazu gehört zum Beispiel, welches Medikament wann und wie angewendet werden soll. Der Medikationsplan ist bundesweit einheitlich und wird vom Arzt oder von der Ärztin ausgestellt. Gesetzlich Versicherte haben unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch darauf. Das ist zum Beispiel von der Anzahl der verordneten Medikamente abhängig. Weitere Informationen finden Sie unter: [www.kbv.de/html/medikationsplan.php](http://www.kbv.de/html/medikationsplan.php)

## Medikamente richtig anzuwenden, ist entscheidend.

Medikamente müssen genauso angewendet werden, wie ärztlich angeordnet. Das betrifft zum Beispiel die Dosis und den Zeitpunkt (➔ Kasten Mitte). Wenn das nicht möglich ist, sollte zeitnah ärztlicher Rat eingeholt werden. Gleiches gilt, wenn Medikamente nicht wie beabsichtigt wirken. Es ist zudem ratsam, sich die Anwendung von Medikamenten erklären zu lassen.

Wichtig: Jeder Mensch hat das Recht, Medikamente abzulehnen, auch wenn sich dies negativ auf die Gesundheit auswirkt. Bevormunden Sie dann nicht und wenden Sie keinen Zwang an. Holen Sie im Zweifel pflegefachlichen und ärztlichen Rat ein. Das gilt zum Beispiel, wenn die Person die Folgen aufgrund einer geistigen Beeinträchtigung nicht abschätzen kann.

### Was bedeuten die Zeitangaben zur Anwendung?

morgens nüchtern	= 30 bis 60 Min. vor dem Frühstück
vor dem Essen	= mindestens 30 Min. vor dem Essen
2-mal täglich	= alle 12 Stunden
3-mal täglich	= alle 8 Stunden

## 5 Tipps zur Medikamenten-Einnahme

- 1 Waschen Sie Ihre Hände, bevor Sie Medikamente anfassen. Trocknen Sie sie gut ab, damit sich Tabletten nicht bereits in Ihren Händen auflösen.
- 2 Helfen Sie, den richtigen Zeitpunkt einzuhalten. Achten Sie auch darauf, dass es das richtige Medikament ist und die Dosis stimmt.
- 3 Reichen Sie zur Einnahme ein Glas Wasser ohne Kohlensäure. Bei Schluckproblemen geben Sie Medikamente mit einem Löffel Apfelmus oder Kartoffelbrei und anschließend etwas Wasser. Medikamente sollten möglichst in einer aufrechten Position eingenommen werden.
- 4 Holen Sie fachlichen Rat ein, bevor Sie Tabletten teilen, auflösen oder Kapseln öffnen, ob das unbedenklich ist. Lassen Sie sich auch zeigen, wie Sie Tabletten richtig teilen. Dabei kann ein sogenannter Tabletten-Teiler helfen.
- 5 Um die Medikation für einige Tage vorzubereiten, können Sie eine Tablettenbox nutzen. Es sind aber nicht alle Medikamente dafür geeignet. Verordnete Medikamente können auch individuell nach Einnahme-Zeiten vorsortiert und verpackt werden. Dann spricht man von Verblistern. Informieren Sie sich dazu und zu weiteren Hilfsmitteln in der Apotheke, beim Arzt, der Ärztin oder Pflegefachpersonen.

### Wo gibt es weitere Informationen?

Wissen und Tipps zum Thema Medikation bei pflegebedürftigen Menschen finden Sie kostenlos und werbefrei auf dem ZQP-Onlineportal: [www.pflege-praevention.de](http://www.pflege-praevention.de)