

Medikamente richtig schlucken!

Die Tabletten mit reichlich **Flüssigkeit** nehmen – so steht es häufig im Beipackzettel. Was genau ist damit gemeint und macht es einen Unterschied, ob man ein großes Glas dazu trinkt oder nur einen kleinen Schluck?



© luchshen / fotolia.com

Tatsächlich kann man bei der Arzneimitteleinnahme einiges falsch machen. Denn einzeln dosierte orale Arzneiformen, wie Tabletten oder Dragees und ganz besonders Hartgelatine kapseln, können in der Speiseröhre kleben bleiben, wenn man nicht genügend dazu trinkt oder gar versucht, sie trocken herunterzuschlucken. Eine einmal an der Speiseröhrenschleimhaut angehaftete Tablette oder Kapsel wieder loszulösen, ist relativ schwer. Bleibt sie quasi im Hals stecken, dann verzögert sich nicht nur der Wirkungseintritt, schleimhautreizende Arzneistoffe

können auch die Speiseröhre schädigen. Bekannt ist dies von Alendronsäure, Kaliumchlorid und nicht-steroidalen Antirheumatika (NSAR).

Ein Schluck reicht nicht Etwa 20 bis 50 Prozent der eingenommenen Tabletten, Dragees oder Kapseln bleiben in der Speiseröhre hängen, wie Prof. Dr. Weitschies von der Universität Greifswald herausfand. Ob sie herunterrutschen oder nicht, hängt unter anderem von der Arzneiform, der Größe und dem Überzug, aber auch vom Alter des Patienten ab. Ältere Menschen haben allgemein größere Probleme mit dem Schlucken. Einen ganz entscheidenden Einfluss hat jedoch das Flüssigkeitsvolumen, mit dem die Tablette genommen wird. In einer Untersuchung konnte gezeigt werden, dass mehr als 90 Prozent davon hängen bleiben, wenn man sie ganz ohne Wasser einnimmt. Auch mit einem kleinen Schluck, bleibt noch mehr als die Hälfte stecken.

Am besten mit Wasser Wenig geeignet sind Tee, Kaffee, Fruchtsäfte und Milch, denn ihre Inhaltsstoffe können mit den Arzneistoffen interagieren. Grapefruitsaft ist ganz besonders ungeeignet, denn er hemmt ein Cytochrom-P450-Isoenzym irreversibel, das auch am Abbau zahlreicher Arzneistoffe beteiligt ist. Von Milch ist bekannt, dass die darin enthaltenen Kalziumionen beispielsweise mit Tetrazyklinen unlösliche Kom-

plexe bilden, die nicht resorbiert werden können. Kaltes Wasser ist besser geeignet als warmes Wasser, denn es führt zu einer schnelleren Entleerung des Magens in den Dünndarm. Gleiches gilt für kohlenensäurehaltiges Wasser. Gesüßte Getränke hingegen erhöhen die Verweilzeit im Magen. Empfehlen Sie Ihren Kunden, Tabletten, Dragees oder Kapseln in aufrechter Haltung, entweder im Sitzen oder im Stehen, mit einem großen Glas Wasser (mindestens 100, besser 200 Milliliter) einzunehmen. Besonders wenn man seine Arznei morgens auf nüchternen Magen nehmen muss, ist diese Flüssigkeitsmenge nötig, damit sich der Wirkstoff im Magen lösen kann. Das Nüchternvolumen der Magenflüssigkeit ist mit 20 bis 50 Milliliter relativ gering und sonst eventuell nicht ausreichend.

Was tun bei Schluckproblemen?

Wenn das Schlucken gar nicht oder sehr schwer möglich ist, können Tabletten ohne Überzug in einem Esslöffel Wasser gelöst oder suspendiert und dann geschluckt werden. Kapseln lassen sich öffnen, sodass der Inhalt entnommen werden kann. Nicht zerkleinert oder geöffnet werden dürfen Tabletten, Dragees oder Kapseln, die mit einem Film überzogen sind, der sie magensaftresistent macht oder für eine verzögerte Wirkstofffreigabe sorgt. ■

Sabine Bender, Redaktion