



Was man im Blick behalten sollte

- **Medikamentenwissen**
→ Beipackzettel lesen und verstehen.
- **Einnahmeroutinen**
→ Medikamente müssen regelmäßig eingenommen werden? Erinnerungsstützen sollten verwendet werden?
- **Ziele der Behandlung**
→ Was soll welches Medikament bewirken?
- **Nebenwirkungen**
→ Welche Beschwerden treten während der Behandlung auf? Mit dem behandelnden Arzt besprechen!
- **Wechselwirkungen**
→ Alkohol und Drogen
→ Andere Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel
→ Lebensmittel (z. B. Grapefruitsaft, Koffein, Johanniskraut)
→ Rauchen (beschleunigt den Abbau bestimmter Wirkstoffe, Dosis sollte an Rauchverhalten angepasst werden)
- **Einschleichen / Ausschleichen**
→ Medikamente werden oft langsam begonnen oder beendet (Dosierungsstufen), um Nebenwirkungen zu verringern bzw. Absetsymptome zu vermeiden. Die Wirkung setzt teilweise erst nach einer Weile ein.
- **Arzt- bzw. Facharzttermine**
→ Termine regelmäßig vereinbaren und wahrnehmen!
- **Blutkontrollen beachten**
→ Einige Medikamente erfordern regelmäßige Laborkontrollen (z. B. Lithium, Clozapin).



Medikamentenarten

- **Spiegelmedikamente:** (die meisten Psychopharmaka)
→ regelmäßige Einnahme zur selben Tageszeit
→ Aufbau eines konstanten Wirkspiegels im Blut
Unregelmäßigkeit: Verringerung der Wirkung und Zunahme der Nebenwirkungen
- **Bedarfsmedikation:**
→ bei konkreten Symptomen (z. B. bei Unruhe, Angst, Schlafstörungen). Wichtig: Dokumentation und Reflexion
- **Darreichungsformen**
→ Tabletten, Dragees, Kapseln, Tropfen, Schmelztabletten, Injektionen/Spritzen u.a.
→ Einige Medikamente dürfen nicht geteilt, geöffnet oder gemörserzt werden! Mögliche Folge: veränderte Wirkung, zusätzliche Nebenwirkungen.
→ Form beeinflusst Wirkung (Wirkbeginn, Wirkdauer).



Aufgaben von Vertrauenspersonen

- **Austausch**
- **Beobachten und Rückmeldungen geben**
- **Wissen erwerben**
- **Unterstützung beim Stellen von Medikamenten**
- **Rechtzeitige Nachbestellung von Rezepten & Medikamenten**
- **Erinnerung und Unterstützung bei Terminen und Aufgaben**