

### Sind alle Tabletten teilbar bzw. dürfen Kapseln geöffnet werden?

Tabletten werden oftmals nicht nur zur Reduktion der Dosis geteilt, sondern auch zur erleichterten Einnahme zerteilt, zerstoßen oder in Flüssigkeit aufgelöst. Weder die Teilung zur Dosisreduktion noch die Teilung zur erleichterten Einnahme sind bei allen Tabletten möglich. Auch nicht alle Kapseln dürfen geöffnet und deren Inhalt ohne Hülle eingenommen werden.

Wenn Sie Probleme beim Schlucken Ihrer Medikamente haben, fragen Sie bitte Ihre Apotheker:innen oder Ärzt:innen, ob ein Zerteilen Ihres Medikaments möglich ist.

### Wie lagere ich Medikamente richtig?

Medikamente sollten in der unbeschädigten Originalverpackungen bei Raumtemperatur vor Licht und Feuchtigkeit geschützt aufbewahrt werden. Wegen der Temperaturschwankungen und der teils hohen Luftfeuchtigkeit eignen sich die Küche und das Badezimmer nicht. Eine Lagerung im Kühlschrank ist nur dann notwendig, wenn es ausdrücklich angegeben ist.

### Was tun bei Nebenwirkungen?

Durch die Meldung von vermuteten Nebenwirkungen leisten Sie als Patient:in einen wichtigen Beitrag zur Arzneimittelsicherheit und die Informationen können helfen, die Sicherheit eines Medikaments zu verbessern. Wenn Sie Nebenwirkungen nach Einnahme eines bestimmten Medikaments vermuten, dann informieren Sie Ihre Apotheker:innen.

Impressum:

Österreichische Apothekerkammer  
Spitalgasse 31, 1090 Wien

T: +43 1 40414-100

M: [info@apothekerkammer.at](mailto:info@apothekerkammer.at)



**Medikamente  
richtig einnehmen**

# Eine umfassende Arzneimittelberatung durch Apothekerinnen und Apotheker ist bei der Abgabe von Medikamenten dringend erforderlich!

**Nur ein richtig angewendetes Medikament kann seine volle Wirkung entfalten. Auch pflanzliche Präparate und Nahrungsergänzungsmittel müssen korrekt eingenommen, dosiert und aufeinander abgestimmt werden, um das beste Ergebnis zu erzielen.**

## Was ist bei der Einnahme von Arzneimitteln prinzipiell zu beachten?

- Nehmen Sie Ihre Tabletten, Kapseln und Dragees stehend oder aufrecht sitzend mit einem Glas Leitungswasser ein! Fruchtsäfte, Milch, Kaffee, Tee oder Limonaden eignen sich dafür nicht.
- Beachten Sie die Gebrauchsinformation und fragen Sie bei Unsicherheit Ihre Ärztin/Ihren Arzt bzw. Ihre Apothekerin/Ihren Apotheker.
- Verzichten Sie bei der Einnahme von Medikamenten auf Alkohol!

## Was heißt „Einnahme einmal am Tag“?

Die verordnete Dosis ist einmal am Tag zu einer bestimmten Uhrzeit einzunehmen. Die Einnahme muss jeden Tag zur selben Uhrzeit plus/minus zwei Stunden erfolgen.

## Was heißt „Einnahme zweimal am Tag“?

Das Medikament wird alle 12 Stunden eingenommen. So wird ein ausreichend hoher Wirkstoffgehalt im Blut gewährleistet.

Beispiel: Wird eine Dosis zum Frühstück um 8 Uhr genommen, sollte die zweite Dosis erst um 20 Uhr (plus/minus ca. eine Stunde) eingenommen werden.

## Was heißt „Einnahme dreimal am Tag“?

In diesem Fall erfolgt die Einnahme alle 8 Stunden – plus/minus einer halben Stunde! Gerade bei dieser Form der Dosierung werden die häufigsten Fehler gemacht, da die landläufige Dosierung morgens, mittags, abends die Wirkung nicht optimal gewährleistet. Der verlängerte Zeitintervall über Nacht mit 12 bis 14 Stunden gegenüber den 8 Stunden ist zu groß, sodass es zu einem Wirkstoffverlust kommen kann.

Die Einnahme viermal täglich ist ebenso genau einzuhalten. Hierbei wird die Dosis alle 6 Stunden verabreicht.

## Was heißt „nüchtern“ einnehmen?

Das Arzneimittel sollte 30 bis 60 Minuten vor dem Essen und frühestens zwei Stunden nach dem Essen eingenommen werden.

## Was heißt „Einnahme vor dem Essen“?

Nehmen Sie Ihr Medikament mindestens 1 Stunde (!) vor dem Essen.

## Was heißt „Einnahme zu einer Mahlzeit“?

Während des Essens werden Medikamente eingenommen, die z. B. den Magen reizen können und bei einer Einnahme mit der Mahlzeit verträglicher sind.

## Was heißt „Einnahme nach dem Essen“?

Dieser Hinweis kann für Verwirrung sorgen und unterschiedlich gemeint sein. Häufig finden sich im Beipackzettel genauere Angaben, wie z. B. „unmittelbar nach der Mahlzeit“ oder „Einnahme zwei Stunden nach dem Essen“.

## Was sind Wechselwirkungen?

Wenn zwei oder mehrere Arzneimittel gleichzeitig eingenommen werden, können sich die Inhaltsstoffe der Arzneimittel gegenseitig beeinflussen, was die Wirkung verstärken oder abschwächen kann. Ihr Arzt oder Ihr Apotheker sollten daher alle einzunehmenden Arzneimittel kennen. Beispielsweise können bestimmte Schmerzmittel den Effekt von Blutgerinnungshemmern verstärken und so zu bedrohlichen Blutungen führen. Auch rezeptfreie Arzneimittel und Nahrungsergänzungsmittel können die Wirkung ihrer Dauermedikation beeinflussen.

## Können Lebensmittel die Wirkung von Medikamenten beeinflussen?

Manche Lebensmittel vertragen sich schlecht mit Medikamenten und können deren Wirksamkeit und Verträglichkeit beeinflussen. Kaffee, Tee, Milch bzw. Milchprodukte wie Käse, Grapefruitsaft oder alkoholische Getränke, aber auch einige Gemüsesorten können diese Effekte auslösen. So wirken manche Antibiotika schlechter, wenn man sie mit Milch oder Milchprodukten einnimmt bzw. diese kurz nach der Einnahme trinkt.

Eisentabletten wirken hingegen besser, wenn man sie mit einem Glas Orangensaft einnimmt.

Da bei unterschiedlichen Medikamenten, unterschiedliche Dinge zu beachten sind, sollten Sie die korrekte Einnahme mit Ihren Apotheker:innen oder Ärzt:innen besprechen bzw. die Gebrauchsinformation zu Rate ziehen.

