



VERTRÄGLICHKEIT

von Medikamenten



Inhalt

Bekömmliche Medikamente –	
Was hat das mit mir und meinem Darm zu tun?	3
Gute Verträglichkeit ist wichtig für den Therapie-Erfolg	4
Wenn Medikamente wechselwirken	6
Welche Darreichungsform ist die richtige?	8
Magensaftresistenz – noch nie gehört?	10
So fördern Sie das gesunde Gleichgewicht Ihres Mikrobioms	12
Der Einfluss von Lebensmitteln	14
Warum das Leben mit Medikamenten manchmal schwerfällt	16
Gesund und möglichst beschwerdefrei leben	18
Tipps rund um die Einnahme von Arzneimitteln	20
Vereinfachte Einnahme	22
Glossar – So können Sie mitreden	24
Ein gut verträgliches Mittel bei Sinusitis	26



Bekömmliche Medikamente – Was hat das mit mir und meinem Darm zu tun?

Im Darm finden komplexe Prozesse statt, die in den letzten Jahren immer mehr in den Fokus der Forschung gerückt sind. Milliarden von Mikroorganismen besiedeln den menschlichen Darm und tragen zur Gesundheit bei. Diese Lebensgemeinschaft nennt man Darmmikrobiom. Dessen Gleich- oder Ungleichgewicht könnte möglicherweise bei der Entstehung von Autoimmunerkrankungen, Diabetes oder chronischen Entzündungen eine Rolle spielen. Liegt also der Schlüssel für ein gesundes Leben auch in unserem Darm?

Die Zusammensetzung des menschlichen Darmmikrobioms ist sehr variabel und wird unter anderem von der Ernährung, dem Immunsystem und zum Teil auch von Medikamenten beeinflusst.* Somit ist klar, dass jeder Mensch durch seinen Lebensstil das eigene Mikrobiom positiv oder negativ beeinflussen kann.

Wer die Wahl zwischen verschiedenen Arzneiformen (Darreichungsformen) hat, sollte eher zu Arzneimitteln greifen, die für ihn leicht einzunehmen sind.

In dieser Broschüre finden Sie Informationen rund um die allgemeine Verträglichkeit von Medikamenten und Sie bekommen Hilfestellungen, was Sie selbst tun können, um die Wahrscheinlichkeit für Neben- und Wechselwirkungen zu reduzieren. Darüber hinaus erhalten Sie Informationen, die Ihnen die Einnahme Ihrer Medikamente erleichtern und Tipps für ein möglichst gesundes und beschwerdefreies Leben.

Wir haben uns Gedanken darüber gemacht, wie wir dazu beitragen können, Sie neben Ihrem Arzt und Apotheker über die Verträglichkeit von Medikamenten zu informieren. Deshalb finden Sie in dieser Broschüre immer wieder kleine Infoboxen mit entsprechenden Tipps. Diese erkennen Sie an diesem Symbol. Generelle Informationen zu Sinolpan® bei Schnupfen mit Sinusitis finden Sie auf der letzten Seite.

*Quelle: Helmholtz-Zentrum für Infektionsforschung; www.helmholtz-hzi.de/de/wissen/wissensportal/unser-immunsystem/das-mikrobiom/

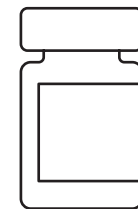
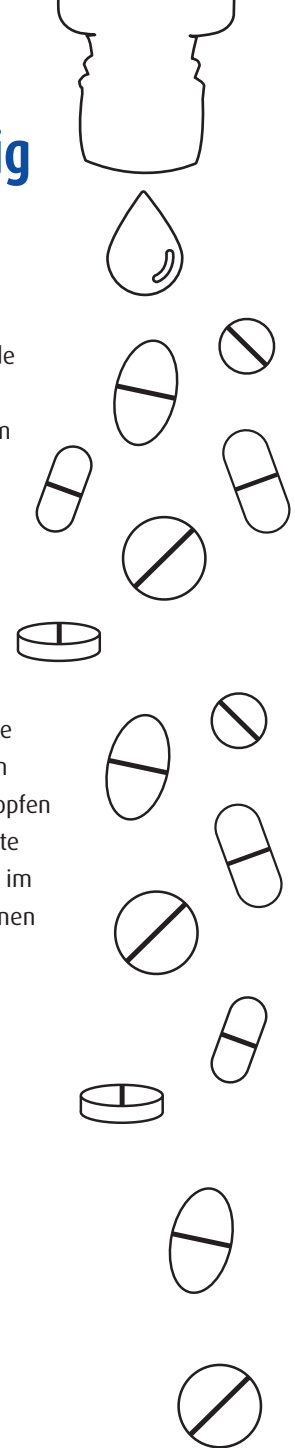


Gute Verträglichkeit ist wichtig für den Therapie-Erfolg

Tablette, Kapsel, Pastille, Saft oder Kautablette: Möglichkeiten, Arzneimittel zu schlucken, gibt es viele. Eine individuell passende Darreichungsform kann die zuverlässige Einnahme unterstützen und damit auch die Wirksamkeit eines Medikaments. Welche am besten geeignet ist, hängt davon ab, wo oder wie schnell die Wirksubstanz freigesetzt werden soll oder für wen das Arzneimittel in erster Linie gedacht ist (zum Beispiel Senioren, chronisch Kranke, Patienten mit empfindlichem Magen oder Kinder).

Unterschiedliche Darreichungsformen

Während vor allem ältere Patienten, die oftmals parallel mehrere Medikamente einnehmen, kleine Tabletten, die gut zu schlucken sind, bevorzugen, werden Kindern Arzneimittel eher als Saft, Tropfen oder Zäpfchen verabreicht. Teilweise werden magensaftresistente Arzneimittel verschrieben, deren Wirkstoff bei oraler Gabe nicht im Magen, sondern erst im Darm freigesetzt wird. Mehr Informationen hierzu erhalten Sie auf den Folgeseiten unter dem Punkt „Magensaftresistenz – noch nie gehört?“



Wenn Medikamente wechselwirken

Nehmen Patienten zwei oder mehr Präparate parallel ein, besteht die Möglichkeit, dass sich die Wirkstoffe gegenseitig beeinflussen. Eine Folge davon kann sein: Die Therapie schlägt nicht so an, wie sie soll. Zudem können manche Arzneimittel-Wechselwirkungen gefährlich werden – wenn sie zum Beispiel das Herz-Kreislauf-System, den Hormonhaushalt oder den Verdauungstrakt betreffen. Grundsätzlich gilt: Je mehr Medikamente, desto höher ist das Risiko für potenzielle Wechselwirkungen. Weil ältere Patienten sowie Menschen mit chronischen Krankheiten in der Regel mehrere Erkrankungen bzw. Beschwerden haben und deshalb mehrere Präparate einnehmen, sind sie häufiger davon betroffen. Die Zahl derer, die in Deutschland chronisch krank sind, ist zuletzt um etwa 1 Prozent gestiegen. Im Jahr 2021 gaben einer Statista-Umfrage zufolge rund 45 Prozent der Befragten an, eine oder mehrere lang andauernde Erkrankungen zu haben, die regelmäßig behandelt werden müssen. 2020 waren es noch 44 Prozent der Befragten.*

Austausch mit Ihrem Arzt und Apotheker wichtig

Nicht selten werden Patienten von unterschiedlichen Ärzten behandelt und bekommen Medikamente verschrieben, von denen der jeweils andere Arzt vielleicht nichts weiß. Oder Patienten vergessen, ihren Arzt oder die Apotheke über selbst gekaufte Präparate zu informieren – auch das kann mögliche Wechselwirkungen nach sich ziehen. Um das zu verhindern und den Therapieerfolg zu gewährleisten, spielt der offene Austausch zwischen Patient, Arzt und Apotheke eine ausschlaggebende Rolle. Erst dann können potenziell gefährliche Interaktionen erkannt werden.

TIPP!

Überlegen Sie sich bewusst für jedes Ihrer Medikamente, ob Sie wissen, gegen welche Erkrankungen oder Beschwerden Sie es einnehmen. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt einen Medikationsplan mitgeben. Oder fertigen Sie selbst eine Liste an, aus der ersichtlich wird, welche Medikamente Sie wann einnehmen. Platziert im Portemonnaie haben Sie diese immer griffbereit, wenn Ihnen zum Beispiel ein Arzt, den Sie neu oder nur selten aufsuchen, ein neues Medikament verschreibt oder Sie in der Apotheke ein rezeptfreies Arzneimittel kaufen. Wenn Sie zum Beispiel mögliche Nebenwirkungen beobachten, notieren Sie sich dies auch auf dem Zettel und nehmen den Zettel als Gedankenstütze zum nächsten Arztgespräch mit.

*Quelle: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/707617/umfrage/umfrage-zur-verbreitung-von-chronischen-krankheiten-in-deutschland/>





Welche Darreichungsform ist für mich die richtige?

Die Darreichungsform kann einen Einfluss auf die Wirksamkeit eines Arzneimittels haben und ist entsprechend auch Bestandteil der klinischen Prüfung, bevor ein Medikament überhaupt zugelassen wird. Bei der Forschung für die Zulassung eines neuen Arzneimittels wird zum Beispiel überprüft, an welcher Stelle im Körper eine Wirkung beabsichtigt ist oder wie schnell ein Wirkeintritt erfolgen soll. Auch individuelle Gründe, wie etwa die eingeschränkte Schluckfähigkeit bei bestimmten Patientengruppen, können eine Rolle spielen.

Kapselgröße hat keinen Einfluss auf Wirksamkeit

Einige Arzneimittel gibt es auch in unterschiedlichen Darreichungsformen, so dass der Patient selbst entscheiden kann, welche Form der Einnahme individuell die angenehmste ist. Häufig wird die Einnahme von kleinen Kapseln als angenehmer empfunden. Wichtig zu wissen ist, dass die Größe keine Auswirkung auf deren Wirksamkeit hat. Eine kleine Größe erleichtert das Schlucken und somit die Einnahme. Von diesem Vorteil profitieren besonders Kinder und ältere Menschen, da die Medikamenteneinnahme in diesen Patientengruppen Schwierigkeiten bereiten kann.



TIPP!

Nehmen Sie lieber Tropfen statt Tabletten? Dann fragen Sie in der Arztpraxis oder Apotheke einfach mal nach. Manchmal gibt es einen Wirkstoff in unterschiedlichen Darreichungsformen.



Magensaftresistenz – noch nie gehört?

Magensaftresistente Arzneiformen dienen entweder der Verträglichkeit oder dem Schutz des Wirkstoffs. Denn diese Art der Darreichungsform setzt ihren Wirkstoff nicht, wie die meisten Kapseln oder Tabletten, im Magen, sondern erst im Darm frei. Diese Eigenschaft ist immer dann wichtig, wenn die Wirkstoffe im sauren Milieu des Magens zerstört werden würden oder im Magen unerwünschte Nebenwirkungen auslösen könnten. Dafür wird das Medikament mit einer magensaftresistenten Hülle überzogen.

Zusammengefasst kann man sagen:

- Manche Medikamente können den Magen reizen, wenn sie dort freigesetzt werden. Für Menschen mit einer Gastritis (Magenschleimhautentzündung) oder einem empfindlichen Magen im Allgemeinen kann die Einnahme von magensaftresistenten Kapseln und Tabletten sinnvoll sein. Denn diese durchlaufen den Magen, ohne die Magenschleimhaut eventuell zu reizen.
- Der magensaftresistente Überzug schützt die Kapsel vor dem Auflösen, während sie sich noch im Mund oder in der Speiseröhre befindet.
- Durch die Auflösung erst im Darm kann ein unangenehmes Aufstoßen reduziert werden.
- Magensaftresistente Kapseln können sich vom Darm aus im gesamten Körper über die Blutbahn verteilen und so gezielt ihren Wirkstoff freisetzen.
- Die magensaftresistente Herstellung kann für eine bessere Verträglichkeit sorgen.



TIPP!

Um den schützenden Überzug nicht zu beschädigen, müssen magensaftresistente Arzneimittel unversehrt (ohne Teilen, Zerbeißen, Lutschen) geschluckt werden.

So fördern Sie das gesunde Gleichgewicht Ihres Mikrobioms

Wie schnell eine Krankheit überwunden wird, kann auch mit der Darmflora zusammenhängen. Die Zusammensetzung der Bakterien im Darm – das Mikrobiom – spielt nämlich nicht nur für die Verdauung eine wichtige Rolle, sondern auch bei der Abwehr von Krankheiten. Es gibt Hinweise darauf, dass sich das Mikrobiom bereits durch richtige und ausgewogene Ernährung positiv beeinflussen lässt.

Die richtige Mischung macht's

Für ein gesundes Darm-Mikrobiom ist eine Mischkost empfehlenswert: Sie besteht aus ballaststoffreichen Lebensmitteln wie Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten, Nüssen und Vollkornprodukten. Joghurt, Kefir oder Sauerkraut enthalten sogenannte probiotische Bakterien. Sie fördern das gesunde Gleichgewicht des Mikrobioms. Vollwertkost wie Pumpernickel, Reis, Gerstenkörner gelten als wahre Mikrobiom-Booster. Mehr Informationen zum Mikrobiom erhalten Sie auch im „Glossar“.

TIPP!

Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker nach möglichen Wechselwirkungen mit Lebensmitteln, wenn Sie ein neues Medikament verordnet bekommen. Bitten Sie in der Apotheke um eine entsprechende Notiz auf der Medikamentenverpackung. Dort lässt sich zum Beispiel auch vermerken, ob Sie den Wirkstoff vor, zum oder nach dem Essen nehmen sollen.



TOP 5 für den Darm



Bananen sind ein darmfreundlicher Zwischensnack am Nachmittag.



Sauerkraut wirkt entschlackend, verdauungsanregend und enthält noch lebende Kulturen. Wichtig: In Biomärkten, Bauernläden oder auf regionalen Märkten findet man nicht-pasteurisiertes Sauerkraut, welches als besonders mikrobiomfreundlich gilt.



Chiasamen sind nussig-mild im Geschmack und eignen sich besonders gut als Topping für Rohkostsalate.



Nicht nur gekocht schmecken frische **Artischocken** gut, sondern auch gebraten kann das mediterrane Gemüse köstlich zubereitet werden. Dafür eignen sich jedoch eher die jungen, kleinen Artischocken.



Frische **Beeren** wie Heidelbeeren oder Brombeeren schmecken zusammen mit Kefir nicht nur köstlich, sondern kombinieren die absoluten Superfoods für den Darm in einem Getränk.

Der Einfluss von Lebensmitteln

Nicht nur wann, sondern auch wie und womit wir ein Arzneimittel einnehmen, beeinflusst möglicherweise seinen Nutzen. Manche Inhaltsstoffe von Lebensmitteln und Getränken können die Aufnahme eines Wirkstoffs hemmen oder dessen Effekt verstärken.

ALKOHOL

Wer Arzneimittel einnimmt, sollte auf Alkohol verzichten. Der Grund: Alkohol kann die Wirkung von manchen Medikamenten abschwächen, verändern oder verstärken. Es gibt einige Medikamente, bei denen die Kombination mit Alkohol besonders gefährlich ist, zum Beispiel Antidiabetika oder Schlafmittel.

KAFFEE UND TEE

Manche Asthmamittel, Blutdrucksenker oder das Schilddrüsenhormon Thyroxin können zusammen mit Koffein bei den Patienten zu Herzklopfen, kurzzeitig erhöhtem Blutdruck oder Unruhe führen. Manche Antibiotika wiederum senken den körpereigenen Abbau von Koffein. Herzrasen und Schlafstörungen können dann unerwünschte Folgen sein. Das gilt auch für andere koffeinhaltige Getränke wie Schwarz- oder Grüntee und koffeinhaltige Softdrinks.



MILCHPRODUKTE

Manche Arzneimittel (z. B. einige Antibiotika oder Osteoporosemittel) werden in Verbindung mit Kalzium, das zum Beispiel in Quark, Joghurt und Milch enthalten ist, deutlich schlechter aufgenommen.

GRAPEFRUIT

Grapefruit (auch Grapefruitsaft) kann die Wirkung bestimmter Arzneimittel verstärken und zum Teil schwerwiegende Nebenwirkungen hervorrufen. Die Packungsbeilage oder Ihr Arzt oder Apotheker können Ihnen hierüber Auskunft geben. Wenn das der Fall ist, vermeiden Sie Grapefruit während der Behandlung am besten komplett.

MINERALWASSER

Wer auf der sicheren Seite sein möchte, nimmt Arzneimittel am besten immer mit Leitungswasser ein. Denn Mineralwasser, das zum Beispiel viel Kalzium oder Eisen enthält, kann die Wirkung von Osteoporose- und manchen Schilddrüsenpräparaten mindern.



Warum uns das Leben mit
Medikamenten manchmal
schwerfällt ...



Unerwünschte Nebenwirkungen

Eine Krankheit allein ist häufig schon belastend genug. Kommen dann noch unerwünschte Nebenwirkungen dazu, sind Patienten verunsichert.

Unregelmäßige Medikamenteneinnahme

Was ein Medikament genau im Körper bewirkt, wissen viele Patienten häufig nicht. Mit jeder Wissenslücke wächst leider auch die Wahrscheinlichkeit einer fehlerhaften Einnahme: Manche Patienten „gönnen“ sich etwa übers Wochenende eine Pause, andere verdoppeln bisweilen die Dosis. Das Medikament kann deshalb nicht so helfen, wie es sollte – und eine Überdosis im Zweifel schädlich sein.

Falsche Dosierung

Viele Patienten verlassen sich auf gut gemeinte Ratschläge von Freunden oder Angehörigen – und entfernen sich damit schnell von der Verordnung ihres Arztes. Insbesondere Eltern sollten Arzneimittel für ihre Kinder immer mit dem Kinderarzt besprechen und zum Beispiel nie einfach eine Tablette für Erwachsene teilen, um „die Dosierung zu halbieren“. Es gibt eine Vielzahl an Medikamenten, die speziell an die Bedürfnisse von Kindern angepasst sind.

Tabletten vergessen

Eine spontane Verabredung oder ein ungeplanter Besuch – schnell ist die tägliche Routine durchbrochen, der empfohlene Zeitraum für die Medikamenteneinnahme verpasst. Wer vergessen hat, ein Arzneimittel einzunehmen, sollte aber nicht unreflektiert die Einnahme nachholen, sondern zunächst den Beipackzettel lesen oder Rücksprache mit seinem Arzt oder Apotheker halten.

TIPP!

Eine Medikamentendose für unterwegs ist praktisch und erinnert beim Blick in die Tasche an die Einnahme.



Besseres Wohlbefinden

Das Herzrasen ist weg, das Atmen fällt beim Treppensteigen wieder leichter, die Erkrankung liegt schon ein paar Monate zurück: Manche Patienten denken schon auf dem Weg der Besserung, sie könnten auf ihre Medikamente verzichten. Doch manche Krankheiten benötigen eine zeitlich angepasste Therapie, auch wenn der Patient sich wieder gesund fühlt. Vor allem, um das Risiko, dass sich chronische Erkrankungen entwickeln oder verschlechtern, zu minimieren, sollte darauf geachtet werden, dass Arzneimittel wie verordnet eingenommen werden.

Gesund und möglichst beschwerdefrei leben

Das wünscht sich jeder, der akut oder chronisch krank ist. Ob eine Behandlung erfolgreich verläuft, hängt aber nicht nur vom Medikament, sondern auch entscheidend vom Patienten ab. Nur wenn sich dieser ganz auf die festgelegte Behandlung einlässt, kann sie ihre volle Wirkung entfalten. So kann es zum Beispiel wichtig sein, eine spezielle Diät einzuhalten, den Lebensstil nachhaltig zu verändern oder Medikamente regelmäßig einzunehmen. Zudem wünschen sich Patienten oftmals, dass ihre Meinung bei der Therapieplanung berücksichtigt wird. Sie wünschen sich Mitsprachrecht – und das ist auch gut so. Für den Behandlungserfolg ist das eine positive Entwicklung: Arzt und Patient entscheiden sich so im Idealfall gemeinsam für einen bestimmten Medikationsplan.



Fünfmal alles richtig machen

i

Ein Medikament wirkt erst dann, wenn der **richtige** Patient das **richtige** Arzneimittel in der **richtigen** Dosierung zum **richtigen** Zeitpunkt **richtig** anwendet. Wer also fünfmal alles „richtig“ macht, stellt sicher:
Ein Medikament wirkt so, wie es soll.



Tipps rund um die Einnahme von Arzneimitteln



Vor, zu oder nach dem Essen?

Morgens vor dem Frühstück: Manche Arzneimittel nimmt der Körper besser auf, wenn wir nüchtern sind und noch nichts im Magen haben. Wechselwirkungen mit Lebensmitteln oder anderen Wirkstoffen lassen sich so vermeiden. Andere Medikamente wiederum sind wirksamer, wenn sie mit fetthaltigem Essen eingenommen werden. Informieren Sie sich vorab, lesen Sie den jeweiligen Beipackzettel, und lassen Sie sich in Ihrer Apotheke auf der Verpackung notieren, wann genau Sie Ihr Medikament am besten einnehmen sollen.

Tagesrhythmus beachten: Der Zeitpunkt ist oftmals entscheidend

Präparate, die müde machen, sollten nach Möglichkeit eher abends eingenommen werden. Wer allerdings nachts arbeiten muss, sollte die Einnahme der Medikamente an seinen individuellen Tagesablauf anpassen. Einige Krankheitssymptome, aber auch der Blutdruck und viele Stoffwechselforgänge folgen zudem einem Tagesrhythmus. Halten Sie sich an die Angaben im Beipackzettel, und halten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt oder Apotheker, damit die Einnahme Ihrer Arzneimittel dazu passt.

Einnahme vergessen?

Eine regelmäßige Einnahme ist wichtig, doch eine einzelne Dosis ist schnell mal vergessen. Je nach Wirkstoff befindet sich ein gewisser Spiegel der Substanz im Blut. Bei manchen Medikamenten ist ein einmaliges Vergessen daher meist verzeihbar, es kommt aber auch hier auf das konkrete Präparat an. Wichtig ist dann aber, beim nächsten Mal keinesfalls die doppelte Dosis zu schlucken. Das kann zu einer Überdosierung und damit ernsthaften Problemen führen.

Nicht unbedacht teilen!

Wer Tabletten einfach zerkleinert, pulverisiert oder in Wasser auflöst, kann die Wirksamkeit und Sicherheit des Arzneimittels gefährden. Manche Tabletten dürfen grundsätzlich nicht geteilt werden – etwa, wenn sie mit einer speziellen Schicht überzogen sind, die sie vor Licht, Feuchtigkeit oder Magensäure schützen soll.

Vorsicht Sonne!

Manche Patienten bemerken, dass die Einnahme von Medikamenten bei ihnen zu unerwünschten Hautreaktionen führt – häufig in Zusammenhang mit Sonneneinstrahlung. Bereits nach einem kurzen Aufenthalt im Freien kann ein Sonnenbrand entstehen. Beispiele hierfür sind manche Antibiotika, Diuretika oder Herz-Kreislauf-Medikamente. Lesen Sie also den Beipackzettel, und meiden Sie bei entsprechenden Warnhinweisen lieber die Sonne.

Vereinfachte Einnahme

Grundsätzlich sollten Patienten ihre Tabletten in aufrechter Haltung und mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen. Für Tabletten und Kapseln gibt es jeweils einen Trick, der die Einnahme erleichtert – den

Kapsel-Nick-Trick und den **Tabletten-Flaschen-Trick**.

› Kapsel-Nick-Trick

Hartgelatinekapsel auf die Zunge legen, den Mundraum mit Wasser füllen, den Kopf nach vorne neigen. So bewegt sich die Kapsel in Richtung Rachen, das Schlucken fällt leichter.



› Tabletten-Flaschen-Trick

Tablette auf die Zunge legen, Flasche ansetzen und mit Saugbewegungen trinken und schlucken ohne Luft zu holen.



TIPP!

Medikamente müssen zu Hause richtig gelagert werden, sonst verlieren sie an Wirksamkeit. Ideal ist ein trockener, kühler und dunkler Ort, etwa eine Schublade. Beachten Sie dazu den Hinweis auf der äußeren Verpackung oder im Beipackzettel. Nicht geeignet sind Räume, in denen es feucht und warm ist, wie Badezimmer oder Küche. Zudem finden sich auf der Verpackung ein Verfallsdatum sowie Angaben zur Haltbarkeit des Medikaments nach dem ersten Gebrauch. Beides muss beachtet werden.



Glossar – So können Sie mitreden

- › **Akute Erkrankungen** beginnen relativ plötzlich und haben einen bestimmaren Ausgangspunkt. Meist sind sie von kurzer Dauer (etwa 3 bis 14 Tage). Beispiele sind akute Infektionskrankheiten der oberen Atemwege (zum Beispiel Nasennebenhöhlenentzündungen) oder des Magen-Darm-Traktes.
- › **Chronische Erkrankungen** sind länger andauernd und häufig schwer bis nicht mehr heilbar. Sie entwickeln sich schleichend und lassen sich oft nur symptomatisch behandeln. Manche chronische Erkrankungen (zum Beispiel Asthma) können zudem akute Krankheitsschübe aufweisen.
- › Als **Darmmikrobiom** wird die Gesamtheit aller Mikroorganismen im Verdauungstrakt verstanden. Im Laufe des Lebens kann sich das Darmmikrobiom in seiner Zusammensetzung und Vielfalt durch Ernährung und Umwelt verändern.
- › **Kapseln** bestehen aus einer Hülle und einer Füllung, die den Wirkstoff und verschiedene Hilfsstoffe enthält. Für feste Wirkstoffe nutzt man meist Hartgelatine kapseln, für flüssige Wirkstoffe oft Weichgelatine kapseln, die eine dickere, aber zugleich elastischere Hülle haben. Sollten Sie auf tierische Produkte verzichten, prüfen Sie vegane Alternativen oder sprechen Sie Ihren Arzt gezielt darauf an.
- › **Kontraindikationen** (auch als Gegenanzeigen bezeichnet) sind Faktoren wie bestimmte Vorerkrankungen oder auch eine Schwangerschaft, unter denen ein Medikament nicht eingenommen werden darf. Die Kontraindikationen finden Sie übrigens bei Unterpunkt 2 in jedem Beipackzettel.
- › **Medikamente bzw. Arzneimittel** sind bestimmt zur Heilung, Linderung oder zur Vorbeugung von Krankheiten oder krankhaften Beschwerden. Ein Medikationsplan sollte vom Hausarzt erstellt werden, wenn ein Patient mehr als drei verschriebene Medikamente über den gleichen Zeitraum hinweg anwendet. Weitere behandelnde Ärzte können die Informationen bei ihrer Verordnung so berücksichtigen und mögliche Arzneimittelwechselwirkungen vermeiden.
- › **Magensaftresistente Kapseln** lösen sich noch nicht im Magen, sondern erst im Dünn- oder Dickdarm auf und entfalten von dort aus ihre Wirkung. Das kann zum Beispiel die Magenschleimhaut schonen und unangenehmes Aufstoßen reduzieren.
- › **Nebenwirkungen** sind unerwünschte Begleiterscheinungen, die zusätzlich zur gewünschten Hauptwirkung eines Medikaments auftreten können. Um ihnen vorzubeugen, sollten Sie bereits aufgetretene Nebenwirkungen mit Ihrem behandelnden Arzt oder Apotheker besprechen. Nur wenn der behandelnde Arzt über eine Unverträglichkeit informiert wird, hat er die Chance, Maßnahmen zu ergreifen, wie beispielsweise den Wechsel auf ein besser verträgliches Präparat.
- › **Tabletten** sind die am häufigsten angewendete Arzneiform. Hierbei handelt es sich um portionierte und unter Druck zusammengepresste Pulver oder Granulate. Man kann sie genau dosieren und einfach einnehmen.
- › Unter **Wechselwirkung** versteht man, dass sich Arzneimittel in ihrer Wirkung gegenseitig beeinflussen können. Dadurch kann die Wirksamkeit beispielsweise verstärkt, abgeschwächt, verlängert oder verkürzt werden. Ein Wirkstoff oder Arzneistoff ist eine Substanz im Medikament, die im menschlichen Organismus eine gewünschte Veränderung im Hinblick auf ein bestimmtes Krankheitsbild erzielt.



Sinolpan® bei Schnupfen mit Sinusitis

Druckschmerz an Stirn und Wangen, eine verstopfte Nase, Abgeschlagenheit und Riechstörungen – wer unter einer Nasennebenhöhlenentzündung leidet, kennt die typischen Beschwerden. Genau hier setzt das Arzneimittel Sinolpan® an: Sein Wirkstoff Cineol, gewonnen aus Eukalyptusöl, wirkt gegen die Entzündung in den geschwollenen Schleimhäuten, verringert die Produktion von dickflüssigem Sekret und löst so den festsitzenden Schleim: Das lindert die unangenehmen Druckschmerzen hinter der Stirn.

Magensaftresistente Weichkapsel

Die Darreichungsform für den Wirkstoff Cineol ist eine magensaftresistente Weichkapsel, die ihren Wirkstoff erst im Darm freisetzt und deshalb als magenschonend empfunden werden kann. Sinolpan® Weichkapseln sind klein und lassen sich daher leicht schlucken. Durch die magensaftresistenten Weichkapseln kann auch ein unangenehmes Aufstoßen vermindert werden.

Sinolpan® ist ein entzündungshemmendes und schleimlösendes Arzneimittel zur Zusatzbehandlung bei Erkrankungen der Atemwege. Zur Behandlung der Symptome bei Bronchitis und Erkältungskrankheiten der Atemwege. Zur Zusatzbehandlung bei chronischen und entzündlichen Erkrankungen der Atemwege zum Beispiel der Nasennebenhöhlen (Sinusitis). Das Arzneimittel ist zur Anwendung bei Jugendlichen (12-17 Jahre) und Erwachsenen vorgesehen.

Wir empfehlen, Sinolpan® eine halbe Stunde vor dem Essen mit einem Glas Wasser einzunehmen. Bei empfindlichem Magen kann die Einnahme auch zusammen mit einer Mahlzeit erfolgen.



SCHON GEWUSST?

In der praktischen Packung mit 21 Weichkapseln ist Sinolpan® ideal für die Behandlungsdauer von einer Woche.



- 1 Löst den Schleim
- 2 Befreit die Nase
- 3 Lindert das Druckgefühl
- 4 Bekämpft die Entzündung



Die Antwort auf unsere Frage finden Sie hier:

Es ist wirklich kaum zu glauben, aber wahr: Ein einziges Gramm Darminhalt beherbergt mehr Lebewesen als die gesamte Erde Menschen – größtenteils Bakterien, aber auch Viren und Pilze. In einem Gramm Darminhalt leben **knapp 100 Milliarden Bakterien**, also etwa 10 Mal so viel wie Menschen auf der Erde. Tausende Bakterienarten, die im menschlichen Verdauungstrakt vorkommen, sind bereits von Wissenschaftlern identifiziert. Dabei existiert eine Kombination von Mikroorganismen, die alle Menschen gemeinsam haben, doch die genaue Zusammensetzung unterscheidet sich von Person zu Person.

Sinolpan® forte 200 mg magensaftresistente Weichkapseln

Wirkstoff: Cineol, Anwendungsgebiete: Zur Behandlung der Symptome bei Bronchitis und Erkältungskrankheiten der Atemwege. Zur Zusatzbehandlung bei chronischen und entzündlichen Erkrankungen der Atemwege z.B. der Nasennebenhöhlen (Sinusitis). Warnhinweis: Enthält Sorbitol und Phospholipide aus Sojabohnen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand der Information: 02/2018, Engelhard Arzneimittel GmbH & Co.KG, Herzbergstr. 3, 61138 Niederdorfelden, Telefon: 06101/539-300, Fax: 06101/539-315, Internet: www.engelhard.de, e-mail: info@engelhard.de