

Wenn Medikamente auf den Magen schlagen

Bei Beschwerden gilt: stets ernst nehmen und ärztlichen Rat einholen.

Stella Cornelius-Koch

Medikamente sind nicht immer gut verträglich. Vor allem das Verdauungssystem reagiert auf manche Substanzen empfindlich. Das ergab eine Studie der Universitäten Luzern und Zürich sowie des Universitätsspitals Zürich und von Swissmedic. Die Forschenden hatten über einen Zeitraum von acht Jahren (2012 bis 2019) untersucht, wie viele Spitalweisungen in der Schweiz auf unerwünschte Arzneimittelwirkungen zurückzuführen waren und wie viele davon tödlich endeten. Ergebnis: Im Untersuchungszeitraum wurden insgesamt 256'550 Personen wegen unerwünschter Arzneimittelwirkungen ins Spital eingewiesen. Dies entsprach rund 32'000 Fällen pro Jahr. Die häufigsten betrafen den Magen-Darm-Trakt, das Urogenitalsystem (zum Beispiel die Niere) und die Psyche. Die Sterblichkeitsrate infolge von Medikamentennebenwirkungen lag bei 2,2 Prozent – das entspricht 704 Menschen pro Jahr! Trotz Meldepflicht werden die Fälle oft nicht an die zuständige Behörde Swissmedic rapportiert. Die Gründe dafür wurden in der Schweizer Studie nicht untersucht; es gibt aber Daten aus Deutschland: Häufig ist es schlichtweg Unwissenheit, aber auch der Aufwand, den das Verfahren mit sich bringt. Teilweise hätte das medizinische Personal aber auch Angst vor juristischen Konsequenzen oder sei unsicher, wie das Melden genau ginge.

Meist harmlos, trotzdem ernst nehmen

Wichtig zu wissen: In den meisten Fällen sind Nebenwirkungen auf das Verdauungssystem relativ harmlos. Dennoch sollten Sie etwaige Beschwerden wie Übelkeit, Erbrechen, Verstopfung oder Durchfall ernst nehmen, da sie zu schweren Schädigungen führen und den Behandlungserfolg gefährden können. So kann etwa die langfristige Einnahme des weit verbreiteten Schmerzmittels Acetylsalicylsäure (ASS) in hohen Dosen eine schmerzhafte Magenschleimhautentzündung und im schlimmsten Fall eine Magenblutung auslösen. Daher: Sprechen Sie bei auftretenden Nebenwirkungen Ihren Arzt an. Er kann im Zweifelsfall ein verträglicheres Medikament verordnen.

Diese Medikamente können Beschwerden im Verdauungstrakt auslösen:

Gestörter Speichelfluss: Medikamente wie Parkinsonmittel, Antidepressiva und Entwässerungsmittel (Diuretika) können zu vermindertem Speichelfluss und Mundtrockenheit



Viele Medikamente sind verträglicher, wenn sie zu oder nach den Mahlzeiten eingenommen werden. Bild: Getty

führen. Umgekehrt regen Mittel gegen Alzheimer (Cholinomimetika) den Speichelfluss an.

Schluckbeschwerden: Parkinson-Medikamente (Anticholinergika) verursachen in einzelnen Fällen Schluckbeschwerden. Auch kortisonfreie Entzündungshemmer (nicht steroidale Antiphlogistika), Antibiotika, Kaliumsalze, Wirkstoffe in Asthmamitteln (zum Beispiel Theophyllin) und Eisenpräparate können die Schleimhaut der Speiseröhre reizen.

Schleimhautentzündungen: Schädigend für die Magenschleimhaut können Mittel zur Krebsbehandlung (Zytostatika) und Goldverbindungen (gegen Rheuma) sein. Zahnfleischblutungen sind nicht selten auf Blutgerinnungshemmer (Antikoagulantien) zurückzuführen.

Magenkoliken und -geschwüre: Studien zeigen, dass vor allem die Kombination von nicht steroidalen Antirheumatika (NSAR), eine Besiedlung mit dem Magenkeim Helicobacter pylori und ein Zuviel an Magensäure das Risiko für die Entwicklung von Magengeschwüren erhöht. Ebenso kann durch NSAR, Antidiabetika, Antibiotika, Digitalis-Präparate, Schwermetallverbindungen und Antiepileptika ein Reizmagenn oder eine Dyspepsie (Verdauungsstörungen im Magenbereich) begünstigt werden.

Durchfall oder Verstopfung: Parkinson-Medikamente können Durchfälle auslösen, ebenso Zytostatika, Antibiotika, manche Herzmittel (Chininid), Prostag-

landine (bei Durchblutungsstörungen) und Prokinetika (beschleunigen die Nahrungspassage). Verstopfung kann auftreten nach Einnahme von Schmerzmitteln, Kortison (Glucocorticoiden), Magensäurehemmern (Antazida), Anticholinergika, krampf lösenden Mitteln (Spasmolytika), Calciumantagonisten, Betablockern, Opioiden oder Antidepressiva.

So beugen Sie Magen-Darm-Problemen durch Medikamenten vor:

- Lesen Sie stets die Packungsbeilage und befolgen Sie die Angaben zur Einnahme. Viele Medikamente sind verträglicher, wenn sie zu oder nach den Mahlzeiten eingenommen werden.
- Bei langfristiger Einnahme von magenschädigenden Medikamenten kann der Arzt Ihnen einen Protonenpumpenhemmer wie Omeprazol oder Pantoprazol verordnen. Diese Präparate reduzieren die Magensäureproduktion und schützen die Magenschleimhaut.
- Bei respektive nach einer Antibiotika-Therapie können Probiotika sowie Vergorenes wie Sauerkraut helfen, die Darmflora zu stabilisieren respektive wiederaufzubauen und Verdauungsprobleme zu vermeiden.
- Nehmen Sie Medikamente immer in aufrechter Position und mit ausreichend Flüssigkeit (am besten stilles Wasser) ein.
- Bei Schluckbeschwerden oder sonstigen Passagehindernissen kann die Einnahme von vorgelösten Medikamenten hilfreich sein.

Ratgeber Gesundheit

Beat Steiger, Psychologe FSP und Co-Leiter der Spezialsprechstunde saisonale affektive Störungen am Ambulatorium Aarau der Psychiatrischen Dienste Aargau (PDAG)



Wenn der Herbst auf die Stimmung drückt

Jeden Herbst und jeden Winter leide ich (53) unter gedrückter Stimmung. Das Sonnenlicht fehlt mir. Ich bin traurig, träge und lustlos. Von Jahr zu Jahr wird das eher schlimmer. Was könnte mir helfen?

Frau N. N. aus W.

Bei den Beschwerden, die Sie beschreiben, könnte es sich um eine saisonale affektive Störung handeln. Die wiederholt auftretenden depressiven Beschwerden gehen einher mit Interessenlosigkeit, Konzentrationsproblemen, Antriebschwierigkeiten, Müdigkeit, vermehrtem Schlafbedürfnis, erhöhtem Appetit und Gewichtszunahme. Diese Symptome treten in der Regel in der Winterjahreshälfte (September bis März) auf; in der Sommerjahreshälfte gehen diese Beschwerden zurück.

Die Ursache für die saisonale affektive Störung verortet man in der verkürzten Tageslichtdauer: Im Winterhalbjahr wird im Gehirn der Abbau des Melatonins durch das Tageslicht weni-

ger gehemmt. Das kann zu depressiven Beschwerden führen. Die übliche Behandlung für diese Beschwerden ist die Lichttherapie. Während der Wintermonate wird eine spezielle Lichttherapielampe mit sehr hellem Licht (10 000 Lux) täglich während dreissig Minuten angewendet. Dies geschieht üblicherweise morgens während des Morgenessens oder beim Zeitunglesen. Die Beschwerden verbessern sich in der Regel nach einer Woche. Für eine stabile Wirkung ist die Fortführung der Behandlung während der Wintermonate notwendig. Alternativen können auch mindestens so lange tägliche Spaziergänge im Morgenlicht helfen.

Die Psychiatrischen Dienste Aargau bieten im Ambulatorium Aarau die Spezialsprechstunde saisonale affektive Störungen an. In diesem Rahmen können wir spezifisch abklären, ob eine saisonale affektive Störung – wie etwa eine Winterdepression – vorliegt und ob eine Lichttherapie sinnvoll ist. Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt kann Sie uns zuweisen.



Die Lichttherapie oder tägliche Spaziergänge morgens können die Stimmung heben. Bild: Getty

Ratgeber Gesundheit

Richten Sie Ihre Fragen an:
Ratgeber Gesundheit, Neumattstrasse 1,
5001 Aarau, aargaugesundheit@chmedia.ch



ANZEIGE

Für eine selbstbestimmte Geburt



ksa.ch/baby

Mit Quiz

