

## Plakataktion: Wechselwirkungen sind nicht lustig

- Auch Lebensmittel können die Wirkung von Arzneimitteln beeinflussen. Zum Beispiel wirken einige Antibiotika überhaupt nicht oder nur eingeschränkt, wenn man sie mit Milch hinunterschluckt.

- Im Rahmen der Aktion „Die Niere klärt – Apotheker klären auf!“ dokumentierten die Apotheker im Land Brandenburg schwerwiegende mögliche Wechselwirkungen bei einer Kombination aus Blutdrucksenkern, Mitteln, die Wasser aus dem Körper schwemmen, und Schmerzmitteln.

**Potsdam** – „Zu Nebenwirkungen und Risiken fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker!“. Diesen Hinweis kennt sicherlich jeder. Leider beherzigen ihn nicht alle Menschen. Kaum jemand weiß, dass manche Arzneimittel in ihrer Wirkung beeinträchtigt werden, wenn man sie zusammen mit bestimmten Nahrungs- oder Genussmitteln einnimmt. In den Apotheken im Land Brandenburg läuft jetzt eine Aufklärungsaktion unter dem Motto „Wechselwirkungen sind nicht lustig“. Dabei werden die Patienten mit Postkarten und Plakaten aufgefordert, sich zu dem Thema beraten zu lassen.

„Eine ganze Reihe Arzneimittel wird bei gleichzeitiger Einnahme mit bestimmten Nahrungsmitteln in ihrer Wirkung beeinflusst“, sagt Astrid Markow, Beauftragte für Öffentlichkeitsarbeit der Landesapothekerkammer Brandenburg. „Das Arzneimittel kann seine Wirkung ganz oder teilweise verlieren.“ Auch das Gegenteil ist möglich: Durch Wechselwirkungen kann verhindert werden, dass die Medikamente wieder ausgeschieden werden. Damit steigt ihre Konzentration im Körper, wodurch die Arzneimittelwirkung, aber auch die Risiken unnötig verstärkt werden. Menschen, die Mittel zur Blutverdünnung einnehmen, sollten bei Nahrungsmitteln mit Vitamin K, wie zum Beispiel Brokkoli, Kopfsalat und Blumenkohl, ihre Essgewohnheiten beibehalten. Große Mengen an Vitamin K, wie zum Beispiel bei einer Brokkoli-Diät, können das Blut verdicken und schwächen so die Wirkung der Blutverdünner.

Aber auch Arzneimittel untereinander können sich in ihrer Wirkung beeinflussen. So können beispielsweise Medikamente mit Johanniskraut die Wirkung der Antibabypille aufheben.

Mit schwerwiegenden möglichen Wechselwirkungen befasste sich in den vergangenen Wochen auch eine Aktion in Apotheken aus dem Land Brandenburg mit dem Titel „Die Niere klärt – Apotheker klären auf!“ Die Bilanz ist besorgniserregend. Große Unkenntnis herrschte bei den Patienten vor allem im Fall der Einnahme einer Blutdrucksenker-Kombination und dem Wunsch nach einem Schmerzmittel. „Vorwiegend betrifft diese Wechselwirkung ältere Diabetiker, die ebenfalls bestimmte Arzneimittel gegen ihren hohen Blutdruck einnehmen und deren Nieren nur noch eingeschränkt arbeiten. Wenn diese Patienten wegen gelegentlicher Schmerzen zu einem Schmerzmittel greifen, können die Nieren vollends versagen. Daher sollten Patienten gezielt in der Apotheke nachfragen“, rät Astrid Markow.

Im Zeitraum der Untersuchung wurden pro teilnehmende Apotheke im Durchschnitt 13 solcher Fälle dokumentiert, insgesamt 270. Hochgerechnet auf alle Apotheken in Brandenburg würde das 7.670 Fälle pro Monat bedeuten. Zwei Drittel der verzeichneten Patienten waren älter als 65 Jahre. Astrid Markow: „Die Nierenleistung nimmt im Alter ab. Mit 60 Jahren liegt sie nur noch bei 50 Prozent der Leistungsfähigkeit im Vergleich zu 20-Jährigen. Deshalb stellt das Alter an sich einen Risikofaktor für die klinische Relevanz dieser Wechselwirkung dar.“

### **Mögliche Arzneimittel-Wechselwirkungen mit Lebensmitteln:**

- Johanniskraut hebt die Wirkung der Antibabypille auf.
- Milch und bestimmte Antibiotika vertragen sich nicht.
- Grapefruit kann die Wirkung bestimmter Arzneimittel beeinflussen, zum Beispiel blutdrucksenkender Mittel.
- Nahrungsmittel mit Vitamin K (Brokkoli, Kohl) können die Wirkung von Blutverdünnungsmitteln schwächen.

### **Für Interviewwünsche stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung:**

**Apothekerin Astrid Markow, Telefon: 0331-888660**

**Falls ich einmal nicht erreichbar bin, wird Ihnen unter 0331-888660 weitergeholfen.**

### **Herausgeber:**

Landesapothekerkammer Brandenburg  
Telefon: 0331-888660  
Fax: 0331-8886620

Apothekerverband Brandenburg e.V.  
Telefon: 0331-888650  
Fax: 0331-8886540

Am Buchhorst 18  
14478 Potsdam

### **Kontakt:**

Apothekerin Astrid Markow  
Landesapothekerkammer Brandenburg  
Am Buchhorst 18  
14478 Potsdam  
**Tel. 0331-888660**  
**Fax 0331-8886620**