

Mit Risiken und Nebenwirkungen

Frei verkäufliche Schmerzmittel kennt jeder und nimmt fast jeder. Aber nur wenige kennen die Nebenwirkungen.

Gelegentliche Kopfschmerzen nach einer durchzechten Nacht, auch Gliederschmerzen bei einem grippalen Infekt, lassen sich mit selbst gekauften Schmerzmitteln behandeln. Doch Vorsicht vor einem allzu leichtfertigen Gebrauch der frei verkäuflichen Schmerzmittel. Diese Mittel können mitunter erhebliche Nebenwirkungen auslösen. Schmerzmittel zählen laut Stiftung Warentest zu den Bestsellern in deutschen Apotheken. Jährlicher Umsatz: rund 500 Millionen €. Mehr als 1000 verschiedene Präparate bieten die Pharmafirmen an – obwohl es nur eine

Wirksamkeit von bis zu 15 Stunden. Häufige Nebenwirkung dieser drei Wirkstoffe ist Sodbrennen, das bei höherer Dosierung und Anwendung über mehrere Tage oder gar Wochen zu Blutungen im Magen-Darm-Bereich führen kann. Dabei spielt es grundsätzlich keine Rolle, ob diese Schmerzmittel als Tablette oder als Zäpfchen eingenommen werden. Entscheidend ist die Konzentration des Wirkstoffes im Blut. Menschen mit empfindlichem Magen oder einem bekannten Magengeschwür sollten deshalb diese Medikamente nicht ohne Rücksprache mit ihrem Arzt einnehmen. Langfristig kann es bei diesen Medikamenten auch zu Nieren-Problemen kommen.

Kinder und Jugendliche sollten ASS nicht ohne Rücksprache eines Arztes wegen der Gefahr schwerwiegender Nebenwirkungen, wie dem Reye-Syndrom, erhalten. Prinzipiell alle Präparate, aber vor allem ASS, verringern die Verklebung der Blutplättchen, verlängern damit die Blutgerinnungsfähigkeit und sollten deshalb eine Woche vor geplanten Operationen oder zahnmedizinischen Eingriffen abgesetzt werden. Paracetamol eignet sich weniger gut gegen Schmerzen, die mit Entzündungen einhergehen. Es senkt allerdings zuverlässig das Fieber. Experten schätzen dabei das Risiko für Magen und Darm geringer ein. Aber Achtung: In höheren Dosen (ab 4000 mg in 24 Stunden) kann es die Leber schädigen. Vorteil: Paracetamol verdünnt das Blut nicht und kann ohne Bedenken auch Kindern verabreicht werden. Bei den Kombipräparaten wird es wesentlich problematischer, enthalten sie doch die oben erwähnten Stoffe in verschiedenen Kombinationen. Außerdem werden häufig Koffein und Vitamin C beigefügt. Die Hersteller heben hervor, dass sich die einzelnen Wirkstoffe in der Kombination niedriger dosieren lassen und dass sie verträglicher als die Monopräparate seien. Experten warnen je-



Achtung! Frei verkäufliche Schmerzmittel können schädlich sein.

recht überschaubare Zahl von Wirkstoffen gibt. Aber die Wirkstoffe sind zu Mischpräparaten zusammengesetzt, und diese unterscheiden sich in den jeweiligen Dosierungen. Übersichtlicher sind die so genannten Monopräparate. Vier wichtige Vertreter gibt es frei verkäuflich auf dem deutschen Markt: Acetylsalicylsäure, Ibuprofen, Naproxen und Paracetamol.

Acetylsalicylsäure, kurz ASS (z.B. in Aspirin), wirkt rasch gegen Schmerzen, Fieber und Entzündungen. Ibuprofen wirkt ähnlich wie ASS, hat aber seltener Nebenwirkungen, da es seine Wirksamkeit erst im Dünndarm entfaltet. Naproxen – erst seit kurzem rezeptfrei in Apotheken – unterscheidet sich im Vergleich zu ASS und Ibuprofen durch seine lange



Dr. med.
Monika Baumann

Nach langjähriger Tätigkeit als Oberärztin an den Kliniken der Universität München hat sich unsere Medizin-Autorin im Mai 2000 als Ärztin für Physikalische Medizin und Rehabilitation in der Brienerstr. 54b, Tel. 52 01 13 97, niedergelassen. Sie leitet zudem in den Asklepios-Kliniken in Gauting die von ihr aufgebaute Schmerztherapie.

doch besonders vor Präparaten, die Mehrfachwirkstoffe und Koffein enthalten, da sie die Gefahr der Nierenschädigung erhöhen.

Bei Kopfschmerzen können alle angeführten Schmerzmittel – doch vor allem Kombinationspräparate – zu dem so genannten Schmerzmittel-Kopfschmerz führen, d.h. es treten Kopfschmerzen auf, wenn die Schmerzmittel nicht mehr eingenommen werden. Ein Teufelskreis entsteht, da der Patient alle zwei bis drei Tage ein Schmerzmittel einnehmen muss, um den Kopfschmerz zu unterdrücken. Es wird deshalb von der Deutschen Migräne- und Kopfschmerz-Gesellschaft (DMKG) geraten, selbständig Schmerzmittel nicht länger als drei Tage hintereinander und nicht häufiger als zehn Tage im Monat einzunehmen. Die Behandlung von akuten und insbesondere chronischen Schmerzen gehört in die Hände einer Ärztin oder eines Arztes.

INFOS

Dosierungen pro 24 Stunden bei gesunden Erwachsenen:

Acetylsalicylsäure: 300 mg–2000 mg
Paracetamol: 1000 mg–3000 mg
Ibuprofen: 400 mg–1600 mg
Naproxen: 250 mg–750 mg

Quelle: Zenz, Jurna: Lehrbuch der Schmerztherapie 1993

Informationsveranstaltung über Schmerzmittel

30.6.2004, 16-17 Uhr, Praxis für Physikalische Medizin & Rehabilitation, Dr. med. Baumann, Brienerstr. 54b (Innenhof), U-Bahn-/Tram-Haltestelle Stiglmaierplatz. Anmeldung unter Tel. 52 01 13 97.