

Allianz Private Krankenversicherung

# Arzneimittel

Gesundheitsmanagement

Allianz 



## Inhalt

- 4 **Was sind Arzneimittel?**
- 7 **Wie Sie Arzneimittel richtig einnehmen**
- 12 **Selbstmedikation**
- 13 **Arzneimittel in verschiedenen Lebensphasen**
- 16 **Multimedikation – ein Patient, viele Medikamente**
- 17 **Was sind Nebenwirkungen?**
- 20 **Was sind Wechselwirkungen?**
- 23 **Mit Medikamenten auf Reisen**
- 24 **Wie Sie Arzneimittel richtig lagern**
- 26 **Generika und Originale**
- 29 **Was tun gegen hohe Arzneimittelkosten?**
- 31 **Der Allianz Arzneimittelservice**
- 33 **Medikamente aus dem Internet**

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

haben Sie sich schon einmal überlegt, wie viele Arzneimittel Sie im Laufe eines Jahres zu sich nehmen? Angefangen von leichten Schmerzmitteln bis hin zu hoch wirksamen Arzneien wie z. B. Herzmitteln, werden uns unzählige Tabletten, Salben, Kapseln & Co. gegen die verschiedensten Beschwerden und Krankheiten angeboten.

Lesen Sie in unserer Broschüre, was Arzneimittel eigentlich sind, wie Sie Medikamente richtig einnehmen, lagern und vieles mehr.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne von montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr unter unserer kostenlosen Telefonnummer 08 00.4 10 01 03 zur Verfügung.

Eine informative und hilfreiche Lektüre wünscht Ihre

Allianz Private Krankenversicherung

# Was sind Arzneimittel?

Arzneimittel sind Mittel, welche zur Heilung, Linderung oder zur Verhütung von Krankheiten und Beschwerden bestimmt sind. Beispiele dafür sind Antibiotika, Schmerzmittel und Impfstoffe. Auch als Ersatz fehlender körpereigener Wirkstoffe (wie Hormone) dienen Arzneimittel. So müssen sich etwa Menschen mit Typ-1-Diabetes das ihnen fehlende Blutzucker-senkende Hormon Insulin regelmäßig spritzen. „Arzneimittel“ ist eine geschützte Bezeichnung. Nur ein Präparat, das von der zuständigen Behörde nach sorgfältiger Prüfung als Arzneimittel zugelassen ist, darf als solches bezeichnet werden. Nach ihrer Zulassung werden Arzneimittel weiter überwacht, manche von ihnen sogar besonders streng.

## Aus dem Labor oder der Natur

Viele Arzneimittel enthalten Wirkstoffe, die auf rein chemisch-synthetische Weise im Labor hergestellt wurden. Im Unterschied dazu bestehen pflanzliche Arzneimittel (Phytopharmaka) aus Pflanzen, Pflanzenteilen oder pflanzlichen Inhaltsstoffen, so wie etwa Baldriantropfen und Arnikasalbe. Eine weitere

Zum Thema **Rezepte aus der Hausapotheke** haben wir eine eigene **Broschüre** erstellt. Sie können diese kostenlos unter der Telefonnummer **08 00.4 10 01 08** anfordern. Oder besuchen Sie uns auf unserer Homepage **[www.allianz.de/gesundheitswelt](http://www.allianz.de/gesundheitswelt)**. Dort stehen Ihnen diese und weitere Broschüren zum Download bereit.

Gruppe von Arzneimitteln wird mithilfe von Bakterien und Pilzen hergestellt. Dies können unter anderem Antibiotika und Insulin sein. Auch aus Tieren sowie tierischen Geweben und Organen lassen sich Arzneimittel gewinnen, darunter Lebertran, verschiedene Hormone, Enzyme und Impfstoffe.

Ausgangsstoff für Homöopathika können sowohl chemische Substanzen, als auch aus der Natur stammende Grundstoffe (Pflanze, Tier, Mensch) sein. Ihre Besonderheit liegt in der Potenzierung, d.h. es gibt sie in vielen verschiedenen Verdünnungsstufen.

## Apothekenpflicht? – Rezeptpflicht?

**Nicht apothekenpflichtige** Präparate wie Vitaminpräparate sind meist keine zugelassenen Arzneimittel, sondern Nahrungsergänzungsmittel oder sogenannte Medizinprodukte. Sie dürfen außer in Apotheken auch in Drogerien und Supermärkten verkauft werden.

**Apothekenpflichtige** Arzneimittel sind dagegen nur in Apotheken erhältlich. Man kann sie ohne Rezept kaufen. Hierzu zählen Kopfschmerztabletten, Mittel gegen Erkältungen oder gegen Reisekrankheit. Ebenfalls ausschließlich in der Apotheke erhält man **rezeptpflichtige** Arzneimittel, allerdings nur nach Vorlage eines ärztlichen Rezepts. Denn es handelt sich dabei meist um stark wirksame Präparate, deren Anwendung ärztlich überwacht werden muss. Das gilt zum Beispiel für Antibiotika und starke Schmerzmittel.

Übrigens: Heilpraktiker dürfen keine Rezepte für verschreibungspflichtige Arzneien ausstellen.



## Nahrungsergänzungsmittel

Bei Nahrungsergänzungsmitteln handelt es sich nicht um Arzneimittel, sondern um Lebensmittelbestandteile, welche die allgemeine Ernährung ergänzen sollen. Im Handel sind sie in verschiedenen Darreichungsformen erhältlich (Kapseln, Brausetabletten u. ä.). Über ihre Sinnhaftigkeit wird immer wieder diskutiert. Im Normalfall ist bei einer ausgewogenen Ernährung der Bedarf an Nährstoffen gedeckt, eine zusätzliche Zufuhr deshalb nicht notwendig.

## Erstattungsfähigkeit

Für Sie als Kunde der Allianz Privaten Krankenversicherung ist wichtig: Erstattungsfähig\* sind alle medizinisch notwendigen Arzneimittel, die von einem Arzt verordnet und in einer Apotheke bezogen wurden. Da Nahrungsergänzungsmittel in Deutschland dem Gesetz nach weder Arzneimittel noch Medizinprodukte sind und per Definition keinen therapeutischen Nutzen haben dürfen, sind sie nicht erstattungsfähig.

\* siehe auch S. 29

# Wie Sie Arzneimittel richtig einnehmen

Eine erfolgreiche Arzneimitteltherapie hängt von der richtigen Einnahme ab. Denn viele Arzneimittel können ihre Wirkung nur bei korrekter Anwendung voll entfalten. Andernfalls bleibt die Therapie erfolglos oder es können Komplikationen im Krankheitsverlauf eintreten. Diese können eine Notfallbehandlung und einen Klinikaufenthalt notwendig machen und im Extremfall sogar tödlich enden. Halten Sie sich daher genau an die Therapieempfehlungen des Arztes und wenden Sie die verordneten Arzneimittel gewissenhaft an.

## Therapietreue (Compliance)

Wenn eine medikamentöse Behandlung nicht wie gewünscht anschlägt, kann das zum Beispiel daran liegen, dass der Patient bewusst die Therapieempfehlungen missachtet hat. Etwa weil sie zu kompliziert oder zu aufwändig sind oder die im Beipackzettel genannten Nebenwirkungen abschreckend wirken. Auch unbewusste oder versehentliche Einnahmefehler bei Medikamenten gefährden den Therapieerfolg. Solche Fehler treten oft bei Patienten auf, die über längere Zeit oder dauerhaft Medikamente einnehmen müssen oder viele verschiedene Präparate verordnet bekommen (Multimedikation). Auch bei älteren, verwirrten Patienten kommt es häufig zu Einnahmefehlern.

Vor allem wenn ein Medikament erstmalig verordnet wurde, gilt: Nehmen Sie ein paar Tage hintereinander die Arznei exakt wie vom Arzt verordnet ein. Ihr Körper braucht Zeit, sich umzustellen, sich an die Therapie zu gewöhnen. Bei leichten Nebenwirkungen können Sie abwarten. Wenn Sie nach ein paar Tagen immer noch das Gefühl haben, „etwas stimmt nicht“, berichten Sie Ihrem Arzt davon. Er wird die Dosierung anpassen, vielleicht sogar das Medikament wechseln. In jedem Fall geben Sie ihm damit die Chance, schnellstmöglich die für Sie optimale Behandlung zu finden. Treten nach der Anwendung ernsthafte Nebenwirkungen auf, kontaktieren Sie sofort Ihren Arzt und versuchen Sie nicht in Eigenregie, durch z. B. Halbieren von Tabletten, die Nebenwirkungen zu verringern.

## Dosierung

Halten Sie sich an die vom Arzt verordnete Dosierung eines Medikaments. Bei der Einnahme rezeptfreier Arzneimittel berät Sie der Apotheker. Außerdem finden sich Dosierempfehlungen in der Packungsbeilage.

Sollten Sie einmal die Einnahme einer Dosis vergessen, darf meist nicht zum nächsten Einnahmezeitpunkt die doppelte Menge eingenommen werden. Was Sie in einem solchen Fall tun sollen, erfragen Sie sicherheitshalber bei Ihrem Arzt oder Apotheker. Nachfragen zur richtigen Dosierung sind auch noch möglich, wenn Sie das betreffende Medikament schon vor längerer Zeit erhalten haben!

## Einnahmezeitpunkt

Für viele Medikamente wird ein bestimmter Einnahmezeitpunkt empfohlen, vor allem hinsichtlich der Nahrungsaufnahme. Denn **Mahlzeiten** können die Wirkungen und Nebenwirkungen eines Arzneimittels beeinflussen.

- Nüchtern: Der Magen muss hierzu leer sein. Die Einnahme sollte frühestens vier Stunden nach der letzten Mahlzeit erfolgen.
- Vor dem Essen: Einnahme 15 bis 30 Minuten vor der Mahlzeit
- Nach dem Essen: Einnahme 30 bis 60 Minuten nach der Mahlzeit
- Zum Essen: Einnahme während oder unmittelbar nach der Mahlzeit
- Unabhängig von Mahlzeiten: Einnahme zu einem beliebig gewählten Zeitpunkt, nach Möglichkeit aber jeden Tag ungefähr zur gleichen Zeit und unter gleichen Bedingungen (zum Beispiel nach dem Frühstück)

In der Regel berücksichtigen Einnahmeempfehlungen auch die natürlichen **Tagesschwankungen** von Blutdruck, Hormonproduktion etc. So sind blutdrucksenkende Mittel oft morgens einzunehmen, weil der Blutdruck im Allgemeinen tagsüber höher ist als nachts.

Wenn Sie verschiedene Medikamente einnehmen müssen, sollten Sie dies, soweit das medizinisch vertretbar ist, möglichst über den Tag verteilt tun. Sprechen Sie gegebenenfalls mit Ihrem Arzt/Apotheker darüber.

## Art der Einnahme

Viele Medikamente sind „mit reichlich Flüssigkeit“ einzunehmen, damit diese schnell durch den Magen gespült werden. Denn die meisten Arzneien werden erst im Darm verwertet und dorthin gelangen sie am schnellsten bei gleichzeitiger Einnahme von viel Flüssigkeit (schnellere Magenentleerung). Ein einzelner großer Schluck ist noch keine ausreichende Flüssigkeit. Trinken Sie mindestens 150 ml und am besten stilles Wasser, z. B. Leitungswasser.



## Tabletten teilen

Tabletten dürfen nur geteilt werden, wenn es in der Packungsbeilage steht. Das Teilen erfolgt entlang der Bruchkerbe. Nicht geteilt werden dürfen zum Beispiel Kapseln, Dragees und – bis auf wenige Ausnahmen – Tabletten ohne Bruchkerbe sowie Tabletten mit einem dünnen Überzug (Filmtabletten). Für Sie als Patient ist es oft schwer zu erkennen, ob es sich bei den Tabletten um teilbare oder nicht teilbare handelt. Und es ist schwierig, Tabletten in gleichmäßig große Stücke zu zerteilen. Um mit jeder Medikamenteneinnahme eine stets gleichbleibend hohe Wirkstoffmenge zu garantieren, bieten die Hersteller von Arzneimitteln unterschiedliche Wirkstärken an. Grundsätzlich sollten Sie Tabletten also nicht teilen. Es gibt nur wenige Ausnahmen, wo das sinnvoll und medizinisch notwendig ist (z. B. Beendigung einer Cortisontherapie, Marcumar-Einstellung).



# Selbstmedikation

Selbstmedikation ist die Anwendung von Arzneimitteln auf „eigene Faust“, ohne ärztliche Beratung. Dabei handelt es sich um rezeptfreie Präparate, die einfach über den Ladentisch in der Apotheke gekauft und daher auch OTC-Präparate (aus dem Englischen: over the counter) genannt werden.

Bei leichten und vorübergehenden Beschwerden und Erkrankungen wie Schnupfen, Schmerzen oder Magenverstimmung ist eine Selbstmedikation in der Regel unproblematisch. Es gibt aber Grenzen der Selbstbehandlung: So ist bei unklaren Symptomen, häufig wiederkehrenden oder sich verschlimmernden Beschwerden ein Arztbesuch angeraten. Vorsicht geboten ist auch, wenn Sie neben vom Arzt verordneten Arzneimitteln noch OTC-Präparate einnehmen wollen. Es kann zu Wechselwirkungen kommen. Daher sollten Sie Ihren Arzt bzw. Apotheker stets über alle Präparate informieren, die Sie anwenden. Auch jene, die Sie nicht regelmäßig einnehmen.

Manchmal werden ältere, ärztlich verordnete Arzneimittel, die noch zuhause in der Schublade liegen, aber längst nicht mehr gebraucht werden, nach eigenem Ermessen im Sinne einer Selbstbehandlung angewendet. Schlaftabletten der Oma, Rheumatabletten vom Gatten oder ähnliches. Oder es werden im Sinne der „Nachbarschaftshilfe“ gegenseitig verschreibungspflichtige Medikamente angeboten. Tun Sie das nicht. Was dem Einen hilft, kann dem Anderen schaden.

# Arzneimittel in verschiedenen Lebensphasen

## Arzneimittel während der Schwangerschaft

Viele Medikamente, die eine Schwangere einnimmt, gelangen über die Plazenta in den Kreislauf des ungeborenen Kindes und entfalten auch dort ihre Wirkung. Bestimmte Arzneimittel können auf diese Weise die Entwicklung und das Wachstum des Kindes beeinflussen. Manche Antibiotika führen z. B. zu einer Veränderung des Hörnervs und können damit Ursache einer Schwerhörigkeit sein. Schwangere sollten deshalb vor jeder Medikamenteneinnahme mit einem Arzt oder Apotheker sprechen. Diese können abwägen, ob Medikamente zur Behandlung von Beschwerden notwendig sind und wenn ja, welche Präparate in Frage kommen.

## Arzneimittel bei Kindern

Viele Arzneimittel gibt es für Kinder in speziellen Darreichungsformen, wie zum Beispiel Tropfen, Saft oder Zäpfchen. Oft sind flüssige Arzneimittel mit Geschmacksstoffen versehen. Das soll ihnen die Medizin schmackhaft und den Eltern das Verabreichen einfacher machen. Damit Kinder sich deshalb aber nicht selbst bedienen, z. B. am leckeren Hustensaft, sollten Arzneimittel immer außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahrt werden.

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen. Viele Arzneimittel für Erwachsene sind für Kinder ungeeignet. Der kindliche Organismus verarbeitet Wirkstoffe anders als der eines Erwachsenen. Eltern sollten ihren Kindern keine Medikamente geben, ohne zuvor mit einem Arzt oder Apotheker gesprochen zu haben. Diese können die Dosis eines Arzneimittels richtig bestimmen und an die Größe und das Gewicht eines Kindes anpassen.

## Arzneimittel im Alter

Auch im Alter ist ein besonderes Augenmerk auf die Einnahme von Arzneimitteln zu legen. Denn auch im Alter reagiert der Körper anders auf Medikamente als in jüngeren Jahren. Ein Grund dafür ist, dass die Nierenfunktion nachlässt und der Fremdstoffabbau in der Leber verlangsamt ist. Solche normalen Veränderungen im alternden Körper führen oft zu einer stärkeren und längeren Wirkung von Arzneimitteln. Deswegen müssen Medikamente bei älteren Menschen meist niedriger dosiert werden als bei jüngeren Patienten. Hinzu kommt, dass in dieser Altersgruppe oft mehrere Erkrankungen gleichzeitig bestehen (Multimorbidität) und daher verschiedene Arzneimittel zugleich benötigt werden (wie Blutdruck-senkende und Harn-treibende Mittel und Herzmedikamente). Befragungen haben ergeben: 40 Prozent der über 65-jährigen Patienten nehmen durchschnittlich fünf verschiedene Medikamente am Tag ein.

In der sogenannten **PRISCUS**-Liste haben Experten potenziell im Alter ungeeignete Arzneistoffe zusammengefasst und schlagen geeignete Therapiealternativen vor. Dabei handelt es sich um Wirkstoffe aus verschiedenen Arzneistoffklassen wie Schmerzmittel, Entzündungshemmer, Antibiotika, Blutgerinnungshemmer, Blutdruck-senkende Mittel und Mittel gegen Herzrhythmusstörungen. Die Liste soll Ärzten als Entscheidungshilfe bei der Therapieplanung für ältere Patienten dienen und mögliche Risiken reduzieren. Mehr Informationen finden Sie im Internet unter [www.priscus.net](http://www.priscus.net).







## Multimedikation – ein Patient, viele Medikamente

Bei der Anwendung bzw. Verordnung verschiedener Arzneimittel gegen mehrere Erkrankungen sprechen Mediziner von Multimedikation. Dabei ist es unerheblich, ob Sie die Medikamente frei kaufen oder verordnet bekommen. Mit jedem zusätzlich angewendeten Arzneimittel steigt das Risiko für Neben- und Wechselwirkungen, da Medikamente sich gegenseitig beeinflussen und im Stoffwechsel miteinander konkurrieren können. Oft lässt sich eine Multimedikation nicht vermeiden, weil unterschiedliche Krankheiten behandelt werden müssen. Sie sollte jedoch soweit wie möglich reduziert werden. Dazu ist es wichtig, dass Ihre Ärzte über alle von Ihnen eingenommenen Medikamente Bescheid wissen.

## Was sind Nebenwirkungen?

Nebenwirkungen sind unerwünschte Arzneimittelwirkungen (UAW), die zusätzlich zur gewünschten Hauptwirkung auftreten. Es gibt praktisch kein Medikament, das – auch bei bestimmungsgemäßen Gebrauch – keine Nebenwirkungen hat. Dies kann von kurzzeitigen Unpässlichkeiten bis hin zu lebensbedrohlichen Zuständen gehen. Häufig sind zum Beispiel Hautausschläge, allergische Reaktionen, Magen-Darm- oder Herz-Kreislauf-Störungen.

Manchmal werden Nebenwirkungen sogar bewusst in Kauf genommen. So erhalten Kinder mit allergischem Hautausschlag beispielsweise bevorzugt Antihistaminika, die als Nebenwirkung müde machen, obwohl es bereits Antihistaminika ohne diese Nebenwirkung gibt. Auf diese Weise schlafen die Kinder besser und kratzen sich nicht so oft.

Im Beipackzettel eines Arzneimittels finden sich alle bekannten Nebenwirkungen. Die lange Liste schreckt viele Patienten ab, so dass sie die Medikamente gar nicht erst anwenden. Die genannten Nebenwirkungen können, müssen aber nicht auftreten! Der Hersteller ist gesetzlich verpflichtet, alle bekannt gewordenen Nebenwirkungen anzuführen – und seien sie noch so selten.

### Placebo und Nocebo

Bei der Verordnung von Arzneimitteln wägt der Arzt sorgfältig Nutzen und Risiken verschiedener Präparate ab und entscheidet sich dann für jenes Mittel, das für



den Patienten seiner Meinung nach am besten geeignet ist. Wie gut ein Arzneimittel wirkt beziehungsweise ob unerwünschte Effekte auftreten, hängt jedoch nicht nur vom Arzneimittel und seinen Inhaltsstoffen ab. Auch der Placebo- und der Nocebo-Effekt können eine Rolle spielen:

Vom **Placebo**-Effekt sprechen Mediziner, wenn schon die (zum Teil unbewusste) positive Erwartungshaltung des Patienten eine gesundheitliche Besserung bewirkt. Das kann allein durch ein sehr gutes Vertrauensverhältnis zum behandelnden Arzt der Fall sein. Oder es ist die Aufmachung des Medikaments. So sprechen viele Patienten auf bunte Kapseln besser an, als auf kleine, weiße Tabletten – auch wenn in beiden der gleiche Wirkstoff steckt. Ebenso wird teuren Arzneien oft eine größere Heilkraft zugetraut als kostengünstigeren.

Auch das „Gegenteil“ – der **Nocebo**-Effekt – ist möglich: Manche Nebenwirkungen werden nicht durch Inhaltsstoffe des Präparates, sondern durch eine negative Erwartungshaltung des Patienten ausgelöst. So kann die lange Liste an Nebenwirkungen im Beipackzettel Patienten so verunsichern, dass dadurch unerwünschte Reaktionen auf die Behandlung auftreten.

## Arzneimittel und Fahrtüchtigkeit im Straßenverkehr

Statistiken zeigen, dass an drei bis zehn Prozent aller Unfälle im Straßenverkehr Arzneimittelwirkungen beteiligt sind. Die Einnahme bestimmter Medikamente (Schlaftabletten, Antidepressiva, Schmerzmittel etc.) kann die Wahrnehmung beeinträchtigen und zu Leistungsminderung oder Konzentrationsstörungen führen. Hierdurch kann die Fahrtüchtigkeit im Straßenverkehr – bzw. im weiteren Sinne die Sicherheit bei der Bedienung von Maschinen – eingeschränkt werden. Wie stark die Beeinträchtigungen sind, hängt von verschiedenen Faktoren ab, u. a. von Alter, Geschlecht, Gewicht und Körpergröße, und kann von Patient zu Patient variieren.

Ein wichtiger Effekt ist der sogenannte Overhang: Medikamente wirken noch Stunden nach der Einnahme. Das bedeutet z. B. im Falle von Schlafmitteln, die erst spät in der Nacht eingenommen wurden, dass sie am Morgen bei der Fahrt zur Arbeit noch nachwirken und das Reaktionsvermögen beeinflussen.

Beachten Sie daher einen entsprechenden Warnhinweis im Beipackzettel.

# Was sind Wechselwirkungen?

Bei zeitgleicher Anwendung von zwei oder mehr Arzneimitteln kann es zu einer gegenseitigen Wirkungsbeeinflussung kommen. Möglich sind sowohl Wirkungsabschwächungen als auch Wirkungsverstärkungen. So kann Johanniskraut (pflanzliches Antidepressivum) die Wirkung von Verhütungsmitteln, Digoxin (Herzmittel) und vielen anderen Arzneimitteln verringern. Umgekehrt kann sich die blutdrucksenkende Wirkung einiger Bluthochdruckmittel bei gleichzeitiger Gabe bestimmter Antidepressiva (MAO-Hemmer) verstärken. Ihr Arzt und Apotheker wissen das und berücksichtigen die bekannten Wechselwirkungen bei der Verordnung und der Dosierempfehlung.

## Wechselwirkungen mit Nahrungs- und Genussmitteln

Auch Nahrungs- und Genussmittel können mit Arzneimitteln in Wechselwirkung treten. Die wichtigsten Vertreter nennen wir Ihnen hier. Während der Behandlung mit Arzneimitteln, die Sie einnehmen (Tabletten, Tropfen u. a.), sollten Sie auf diese Lebensmittel verzichten oder Ihren Arzt/Apotheker vorher um Rat fragen.

- **Grapefruit** (als Frucht, Saft etc.) hemmt den Abbau vieler über den Mund aufgenommener Arzneimittel; damit nimmt deren Wirkung zu. Aber auch der gegenteilige Effekt ist bekannt – wenn auch deutlich seltener. Gleiches gilt oft auch für andere **Zitrusfrüchte**.

- Die vielen Kalzium- und Magnesium-Ionen in **Milchprodukten** und einigen **Mineralwässern** bilden mit manchen Arzneistoffen schwer lösliche Komplexe, die der Körper nicht oder nur schwer verwerten kann. Das gilt etwa für einige Antibiotika, Osteoporose-Medikamente (wie Bisphosphonate) und Eisenpräparate. Medikamente und kalzium-/magnesiumreiche Lebensmittel sollten Sie daher in einem Zeitabstand von ein bis zwei Stunden zu sich nehmen. Schlucken Sie außerdem Arzneimittel mit stillem Wasser und nicht mit kohlenensäurehaltigem Mineralwasser hinunter.
- **Alkohol** kann die Wirkung vieler Arzneimittel verändern und die Nebenwirkungen verstärken (zum Beispiel bei Schlaf- und Beruhigungsmitteln). Umgekehrt hemmen manche Arzneimittel den Abbau von Alkohol in der Leber, so etwa einige Antibiotika und Mittel gegen Pilzinfektionen. In der Folge verbleibt der Alkohol länger im Blut. Medikamente können jedoch auch eine sogenannte Alkoholintoleranz auslösen. Dann kann bereits der Verzehr von kleinen Alkoholmengen Unverträglichkeitsreaktionen wie Erbrechen, Atemnot und Herzrasen hervorrufen. Sie sollten Alkohol daher während einer Behandlung mit Arzneimitteln gar nicht oder nur nach Rücksprache mit dem Arzt oder Apotheker konsumieren.

## Passen meine Medikamente zusammen?

In vielen Fällen weiß Ihr Arzt oder Apotheker, welche Präparate kombiniert werden können und bei welchen das eher kritisch ist. Wechselwirkungen unter verschiedenen Medikamenten sind mannigfaltig und werden um ein Vielfaches mehr, je mehr Präparate gleichzeitig eingenommen werden. Manche Apotheker können über eine spezielle Software prüfen, ob für ein von Ihnen gewünschtes Arzneimittel Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten oder mit Nahrungsmitteln bekannt sind. Fragen Sie Ihren Apotheker bei Bedarf danach. Auch Online-Apotheken bieten ihren Kunden oft diesen Service an. Bei unserem Kooperationspartner, der Europa Apotheek Venlo (siehe S. 32), erhalten Sie eine umfassende Wechselwirkungsprüfung.

## Mit Medikamenten auf Reisen

Wenn Sie verreisen möchten und regelmäßig Medikamente anwenden müssen, ist es ratsam sich vom Arzt ein ärztliches Attest für die medikamentöse Behandlung ausstellen zu lassen. Dies sollte nach Möglichkeit in Englisch sein und den Namen und Wirkstoff Ihres Arzneimittels enthalten. So können Sie sich notfalls auch im Ausland das richtige Medikament besorgen. Wollen Sie in eine andere Zeit- oder Klimazone verreisen, sollten Sie vorher mit Ihrem Arzt sprechen. Er kann Ihnen sagen, wie Sie den gewohnten Einnahmezeitpunkt an die Zeitverschiebung anpassen können und was Sie bei der Lagerung der Medikamente beachten sollten.

Sofern Sie auf verschreibungspflichtige Medikamente angewiesen sind, die unter das Betäubungsmittelgesetz fallen, sollten Sie sich vorab beim Auswärtigen Amt informieren, ob diese in Ihr Reiseland eingeführt werden dürfen. Andernfalls könnte es, vor allem auf Flugreisen, zu Unannehmlichkeiten bei der Einreise kommen.

Unter der Telefonnummer **08 00.4 10 01 03** werden Sie montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr an eine kostenfreie **medizinische Reiseberatung** vermittelt.





## Wie Sie Arzneimittel richtig lagern

Damit Arzneimittel nicht an Wirksamkeit einbüßen oder zur Gefahrenquelle werden (Kinder!), müssen sie richtig gelagert werden:

- Achten Sie grundsätzlich auf eine kühle, lichtgeschützte und trockene Umgebung.
- Die meisten Arzneimittel können bei einer Raumtemperatur zwischen 15° und 25° C aufbewahrt werden.
- Einige Arzneimittel müssen im Kühlschrank bei 2° bis 8° C gelagert werden – achten Sie auf entsprechende Hinweise im Beipackzettel. Geeignet ist das Gemüsefach. Bei Kontakt der Medikamente mit der Kühlschrankrückwand riskieren Sie das (gefährliche) Einfrieren der Medikamente.

- Bewahren Sie Arzneimittel nicht im Bad auf, weil dort die Luftfeuchtigkeit stark schwankt und die mittlere Temperatur oft erhöht ist. Das gilt insbesondere für Pulver-Inhalatoren (Turbohaler), die bei Atemwegserkrankungen verordnet werden.
- Medikamente sind oft lichtgeschützt verpackt und verlieren bei Lichteinwirkung ihre Wirksamkeit. Bereiten Sie daher Ihre Tagesrationen maximal eine Woche im Voraus vor.
- Setzen Sie Arzneimittel niemals direktem Sonnenlicht oder großer Hitze aus (z. B. im Auto).
- Bewahren Sie Arzneimittel stets für Kinder unerschwinglich auf.
- Kontrollieren Sie regelmäßig Ihre Hausapotheke und entsorgen Sie abgelaufene Arzneimittel. Gibt der Beipackzettel keine speziellen Hinweise dazu, können Sie die Präparate in den Hausmüll geben. Bei Tabletten empfiehlt es sich, diese aus der Verpackung zu drücken. Auf diese Weise verhindern Sie, dass ein Dritter die Tabletten möglicherweise wieder aus dem Müll holt und einnimmt. Oder Sie bringen die Reste in die Apotheke, wenn diese einen Entsorgungsdienst anbietet.

# Generika und Originale

Ein Medikament mit neuem Wirkstoff und neuem Indikationsgebiet auf den Markt zu bringen, kostet Pharmafirmen sehr viel Entwicklungsarbeit, Zeit und Geld. Daher lassen sich die Hersteller diese Innovationen patentieren: Sie haben dann für zwanzig Jahre das alleinige Nutzungsrecht an diesem neuen Wirkstoff.

Ist der Patentschutz abgelaufen, dürfen andere Pharmafirmen das Arzneimittel „nachbauen“ und als sogenanntes **Generikum** auf den Markt bringen. Ein Generikum hat also den gleichen Wirkstoff wie das ursprünglich patentierte und bereits unter einem bestimmten Markennamen im Handel befindliche Arzneimittel (Original). So sind zum Beispiel Medikamente, die das Kürzel ASS (für Acetylsalicylsäure) im Namen tragen, Nachahmerprodukte des bekannten Schmerz- und Fiebertmittels Aspirin®.

## Gemeinsamkeiten und Unterschiede

Generika müssen wie Originale für den Verkauf zugelassen werden. Vorher muss der Generikahersteller belegen, dass sein Generikum mit dem Original bioäquivalent ist, also die gleiche Bioverfügbarkeit besitzt. Das bedeutet: Der Wirkstoff aus dem Generikum muss mit der gleichen Geschwindigkeit und in der gleichen Menge vom Körper aufgenommen werden und am geplanten Wirkort zur Verfügung stehen wie beim Original. Nur minimale Abweichungen „nach oben und unten“ sind erlaubt.

Während der Wirkstoff bei Generika und ihren Originalen gleich sein muss, können die Hilfsstoffe unterschiedlich sein. Basierend auf den Anwendungserfahrungen mit dem schon seit Jahren im Handel befindlichen Original wählen Generikahersteller oft andere Hilfsstoffe für das Präparat, etwa um die Verträglichkeit zu verbessern.

## Preisgünstige Alternative

Bei der Entwicklung eines Generikums kann sich eine Pharmafirma auf die Forschungsdaten des Originalpräparates stützen, sodass deutlich weniger Kosten anfallen. Daher sind Generika in der Regel preisgünstiger als die Originale.



Zudem stehen Generikahersteller untereinander in harter Konkurrenz: Sobald der Patentschutz für ein Markenpräparat ausläuft, bringen meist mehrere Hersteller gleichzeitig entsprechende Nachahmerpräparate auf den Markt, was den Preis ebenfalls nach unten drückt.

## „Re-Importe“

„Re-Importe“ sind preisgünstigere Originale. Originale, die in anderen Ländern auf dem Markt sind und für den Verkauf auf dem deutschen Markt „umetikettiert“ werden. Sie können sich zwar im Aussehen vom deutschen Original unterscheiden, haben eventuell auch andere Hilfsstoffe, ihre Bioverfügbarkeit entspricht aber der des Originals. So entspricht beispielsweise ein aus Spanien re-importiertes Aspirin einem Aspirin, wie Sie es in Spanien in der Apotheke kaufen können – nur mit deutschsprachigem Etikett.

Ihr Arzt kann bei der Verordnung den Hinweis „Re-Import“ setzen. Dann darf Ihnen Ihr Apotheker ein entsprechendes Präparat geben.

# Was tun gegen hohe Arzneimittelkosten?

Arzneimittel stehen an dritter Stelle bei den Ausgaben bei den Krankenversicherungen. Um die Versicherungsbeiträge stabil zu halten, bemüht sich die Allianz Private Krankenversicherung daher, diese Kosten zu begrenzen.

## Wie gehen wir, die Allianz Private Krankenversicherung, vor?

Bevor wir die Kosten für ein Arzneimittel erstatten, **prüfen** wir:

- Ist das Medikament für die Behandlung der vorliegenden Krankheit zugelassen?
- Falls nein, gibt es trotzdem wichtige Gründe, dieses Medikament einzunehmen?

Ist das Arzneimittel zur Behandlung medizinisch notwendig, dann erstatten wir.

Gibt es günstigere Medikamente, z. B. **Generika**?

Dann weisen wir Sie mit der Leistungsabrechnung konkret darauf hin. Wir sagen Ihnen, welche Präparate alternativ in Frage kämen.

Natürlich entscheiden Sie zusammen mit Ihrem behandelnden Arzt, welches Präparat Sie möchten. Und selbstverständlich erstatten wir das Originalpräparat. Viele Kunden freuen sich jedoch, wenn sie selbst etwas zur Kostenstabilität beitragen können.

Mit einigen Pharmafirmen haben wir **Rabatte** vereinbart, was seit 2011 vom Gesetzgeber erlaubt ist. Dies hilft uns, Beitragserhöhungen zu begrenzen oder zu vermeiden.

Einem immer wieder geäußerten Vorschlag unserer Kunden können wir aber nicht folgen: Wir können leider keinen direkten Einfluss auf die Preise der Pharmaunternehmen nehmen.

## Der Allianz Arzneimittelservice

### Wir haben etwas gegen hohe Vorauszahlungen!

Benötigen Sie regelmäßig Medikamente? Sind Sie auf teure Arzneimittel angewiesen? Dann könnte unser Arzneimittelservice für Sie interessant sein.

Mit dem Allianz Arzneimittelservice müssen Sie Ihre Medikamente nicht mehr im Voraus zahlen. Konkret heißt das: Wir rechnen die ärztlich verordneten und medizinisch notwendigen Medikamente direkt mit der Apotheke ab. Lediglich die nicht versicherten Kosten (z. B. Ihre Selbstbeteiligung) zahlen Sie weiterhin separat und direkt an den Apotheker.





# Medikamente aus dem Internet

Wir bieten Ihnen **zwei Möglichkeiten**:

## 1. Ihre Apotheke vor Ort

- Voraussetzung für diese Variante ist, dass der Wert aller gleichzeitig eingereichten Rezepte **mindestens 750,- EUR beträgt**.
- Melden Sie sich gemeinsam mit Ihrem Apotheker an. Die nötigen Unterlagen findet Ihr Apotheker im Internet auf der Website seines Verbands. Der Service ist für Sie und Ihren Apotheker kostenlos.
- Nachdem Sie von uns eine Zusage erhalten haben, legen Sie Ihre Rezepte wie gewohnt in Ihrer Apotheke vor.

## 2. Unser Versandhandelspartner, die Europa Apotheek Venlo (EAV)

- Die Direktabrechnung ist hier schon **ab dem ersten Euro** möglich.
- Die Unterlagen zur Anmeldung erhalten Sie kostenfrei entweder telefonisch unter 08 00.4 10 01 08 oder über unsere Website [www.allianz.de/gesundheitswelt/services](http://www.allianz.de/gesundheitswelt/services). Auf dieser Website finden Sie auch weitere Informationen über den Allianz Arzneimittelservice.
- Senden Sie uns Ihre Anmeldung. Sobald Sie unsere Bestätigung haben, können Sie bestellen.

Das Bestellen von Arzneimitteln bei einer Versandapotheke hat Vorteile: Der Kauf lässt sich bequem von zuhause aus tätigen und die nicht verschreibungspflichtigen OTC-Medikamente sind oft günstiger als in der Apotheke vor Ort, bei meist kostenlosem Versand. Verschreibungspflichtige Medikamente unterliegen einer Preisbindung. Auch für Versandapotheken gilt die Beratungspflicht, der sie meist per Telefon oder Chat nachkommt.

Zu beachten ist, dass Sie rezeptpflichtige Arzneien erst nach Einsenden des gültigen Original-Rezepts erhalten. Das macht Online-Apotheken ungeeignet für den Kauf von Medikamenten, die Sie noch am gleichen Tag benötigen (z. B. Antibiotika). Manche Arzneimittel, die vom Apotheker individuell hergestellt werden müssen, können außerdem nicht verschickt werden.

Darauf sollten Sie achten, wenn Sie sich für den Medikamentenkauf im Internet entscheiden:

- Bestellen Sie Arzneimittel sicherheitshalber nur bei Internetapotheken aus Deutschland oder dem europäischen Ausland (EU). Diese sind **europäischen Richtlinien** verpflichtet und müssen die gleich hohen Maßstäbe hinsichtlich Verbraucherschutz und Arzneimittelsicherheit erfüllen wie Apotheken vor Ort. Unser Kooperationspartner, die Europa Apotheek Venlo (siehe S. 32) erfüllt dieses Kriterium.



- Vor einer Bestellung bei einer deutschen Internet-apotheke können Sie im offiziellen **Versandapothekenregister** (unter: [www.dimdi.de](http://www.dimdi.de)) nachsehen, ob der betreffende Anbieter auch tatsächlich behördlich zum Versandhandel zugelassen ist.
- Achtung bei E-Mails von unbekanntem Absendern, die Arzneimittel zu Dumping-Preisen anbieten. In der Regel handelt es sich dabei um **gefälschte Medikamente**. Das sind Präparate mit zu wenig oder gar keinem Wirkstoff oder sogar schädlichen oder lebensgefährlichen Inhaltsstoffen. Diese Anbieter verschicken verschreibungspflichtige Arzneimittel oft auch ohne vorherige Zusendung des Original-Rezepts.

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dieser Broschüre nützliche Informationen und hilfreiche Tipps geben konnten.

Wenn Sie weitere Fragen zum Thema Arzneimittel haben, helfen Ihnen Ihr Arzt und Apotheker weiter. Sie können sich auch gern an uns wenden: Unter der kostenfreien Telefonnummer 08 00.4 10 01 03, montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr.

## Gesundheitswelt

Immer dabei. Für PC, Tablet und Smartphone.



[www.allianz.de/gesundheitswelt](http://www.allianz.de/gesundheitswelt)

Jeden Monat neue aktuelle Beiträge rund um das Thema Gesundheit sowie alle Informationen zu unseren Serviceangeboten.



Mo bis Fr  
8 bis 20 Uhr

**08 00.4 10 01 03**

Kostenfreie Beratung und Informationen zum Thema Gesundheit und zu unseren Services.

Allianz Private Krankenversicherungs-AG

W7-55-053Z0 (00) 5.11.13