

Medikamente

Beratungstelefon Meditel: Fachleute des Gesundheitstipp beantworten die Fragen der Leserinnen und Leser

Auf Misteltropfen verzichten?

«Gegen meinen hohen Blutdruck verwende ich Misteltropfen. Mein Arzt rät mir davon ab. Ich solle dafür das Mittel Adalat regelmässiger nehmen, das er mir verschrieben hatte. Ist das wirklich besser?»

Nein. Es gibt keinen Grund, warum Sie auf die Misteltropfen verzichten sollten. Wenn Sie dadurch nur selten eine Blutdrucktablette brauchen, entlastet das Ihre Leber und die Nieren. Adalat ist ein Blutdruckmittel, das sehr gut funktioniert, wenn man es nur ab und zu braucht. Dann senkt es den Blutdruck schnell. (wo)

Arthrose: Schadet mir Olfen?

«Ich habe Arthrose. Seit längerer Zeit nehme ich ab und zu das Schmerzmittel Olfen 50. Mein Arzt gibt mir jeweils ein Rezept für ein ganzes Jahr. Kann mir das Medikament schaden?»

Ja, Sie sollten Olfen nicht regelmässig einnehmen. Es erhöht das Risiko für Herzinfarkte und kann zu Blutungen und Geschwüren in Magen oder Darm führen. Nehmen Sie nur dann eine

Besser als Diätpillen: Wasser und Salat zum Auftakt des Essens



Ist Apocal gut fürs Abnehmen?

«Ich möchte ein paar Kilos loswerden. Meine Kollegin empfahl mir die Tabletten Apocal. Ist das eine gute Idee?»

Nein. Solche Mittel verursachen häufig unangenehme Nebenwirkungen – zum Beispiel Blähungen. Essen Sie stattdessen ausgewogen und bewegen Sie sich viel. Mit einem Salat und einem grossen Glas Wasser zum Auftakt dämpfen Sie den Appetit. Während des Essens sollten Sie nichts mehr trinken. Dann müssen Sie länger kauen. Das hilft, weil sich das Sättigungsgefühl frühestens nach 20 Minuten einstellt. (mf)

Tablette, wenn es wirklich sein muss. Verwenden Sie eine kleinere Dosierung. Olfen gibt es auch als 25-Milligramm-Tabletten. Eine Alternative wäre es, das Gelenk mit Wallwurzsalbe einzustreichen. Bewegen Sie sich viel. Auch das hilft bei Arthrose. (wo)

Muss ich weiterhin Hormone nehmen?

«Ich bin mitten in den Wechseljahren. Seit ein paar Monaten habe ich starken Ausfluss, der leicht blutig ist. Der

Frauenarzt sagte mir, ich hätte zu wenig Östrogen. Er verschrieb mir Ovestin Ovula. Die Hormonzäpfchen helfen aber nicht. Soll ich sie trotzdem noch verwenden?»

Nein. Offenbar ist Östrogenmangel nicht die Ursache des Ausflusses. Es ist ausserdem riskant, über längere Zeit täglich Hormonzäpfchen zu nehmen. So haben Sie ein höheres Risiko für Brustkrebs, Blutgerinnsel und Schlaganfall. Verzichteten Sie vier bis sechs

Wochen auf die Zäpfchen. So kann sich Ihr Körper selbst regulieren. Denn in der ersten Zeit nach Ausbleiben der Mens suchen die Hormone ein neues Gleichgewicht. Dabei können Beschwerden auftreten, die von alleine wieder verschwinden. (wo)

Unruhig wegen Antidepressiva?

«Ich habe Depressionen. Deshalb nehme ich jeweils am Morgen Sertralin und am Abend Mirtazapin. In der Nacht

habe ich immer unruhige Beine. Ist das wegen der Medikamente?»

Ja, das kann gut sein. Sertralin und Mirtazapin können sich in ihrer Wirkung verstärken und als Nebenwirkung zu unruhigen Beinen führen. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, ob Sie wirklich beide Antidepressiva brauchen. Viele Ärzte verschreiben Mirtazapin am Abend, damit man besser einschläft. Doch da helfen auch pflanzliche Mittel wie Baldrian, Melissen- oder Hopfentee. (wo)

Geht es nicht ohne Säureblocker?

«Im letzten Sommer war meine Speiseröhre leicht entzündet. Der Arzt gab mir den Säureblocker Esomep. Inzwischen geht es mir wieder gut. Der Arzt sagte aber, ich müsse das Mittel mein Leben lang einnehmen. Stimmt das?»

Nicht unbedingt. Es hängt davon ab, wie stark die Speiseröhre im unteren Teil entzündet war. Wenn der Arzt veränderte Zellen feststellte, ist es besser, den Säureblocker länger einzunehmen. Fragen Sie Ihren Arzt, ob dies bei Ihnen der Fall ist. Wenn nicht, können Sie das Mittel schrittweise absetzen. (wo)

Ist Vitamin K2 schädlich für mich?

«Seit einem Hirnschlag nehme ich Vitamin K2 und den Blutverdünner Clopidogrel. Nun habe ich gehört, man sollte die beiden Mittel nicht zusammen einnehmen. Stimmt das?»

Nein. Sie können die Medikamente gut gleichzeitig einnehmen. Probleme gibt es nur beim Blutverdünner Marcoumar. Vitamin K2 führt dazu, dass er weniger gut wirkt. (mf)

Schlaflos: Was hilft am besten?

«Ich schlafe schlecht und bin immer müde. Der Arzt gab mir das Medikament Demetrin. Ausserdem probierte ich das pflanzliche Mittel Rebalance. Beides half nichts. Gibt es etwas Besseres?»

Ja. Möglicherweise verschlimmert Demetrin das Problem. Der Grund: Es dauert sehr lange, bis es im Körper abgebaut ist. Nach 50 bis 80 Stunden ist immer noch die Hälfte des Wirkstoffs im Körper. Möglicherweise sind Sie deshalb immer müde. Versuchen Sie, von Demetrin wegzukommen, indem Sie schrittweise immer weniger von diesem Medikament nehmen. Andere Schlafmittel bleiben weniger lang im Körper und wirken am Tag

Hilft beim Einschlafen:
Tinktur aus Hopfen



FOTOLIA

nicht mehr nach, zum Beispiel Zolpidem. Alternativ können Sie auch Pflanzentinkturen ausprobieren – zum Beispiel Melisse oder Hopfen. Sie müssen aber mit etwa vier Wochen rechnen, bis diese sanften Mittel wirken. (mf)

Aspirin Cardio: Brauche ich es?

«Seit zehn Jahren schlucke ich jeden Tag Aspirin Cardio, um mich vor einem Herzinfarkt zu schützen. Nun hörte ich, dass das Mittel häufig nichts nützt. Ich hatte zudem im letzten Sommer zwei kleine Magengeschwüre. Muss ich das Mittel noch längere Zeit einnehmen?»

Nein, Sie können es vermutlich absetzen. Fragen Sie Ihren Arzt, denn er kennt Ihre Krankheitsgeschichte im Detail. Aspirin Cardio nützt vermutlich nichts bei Menschen, die noch keine Herz- oder Gefässkrankheiten hatten. Das zeigten neue Studien (Gesundheitstipp 11/2018). Ausserdem kann Aspirin dem Magen schaden und die Schleimhaut reizen. Ihre Magengeschwüre sind daher ebenfalls ein Grund, Aspirin Cardio nicht mehr zu schlucken. (mf)



Rufen Sie an: Kostenlose Beratung

Verstehen Sie Ihre Diagnose nicht? Hat Ihnen der Arzt eine Therapie verschrieben, von der Sie nicht überzeugt sind? Sind Sie unsicher, ob das Medikament das richtige für Sie ist? Oder müssen Sie sich gar operieren lassen? Die Gesundheitstipp-Ärztinnen Dr. med. Martina Frei und Dr. med. Stephanie Wolff beraten Sie gerne am Gratis-Telefon.



Martina Frei
Ärztin (mf)



Stephanie Wolff
Ärztin und Homöopathin (wo)

BERATUNGSZEITEN: Jeden Mittwoch von 9 bis 17 Uhr

Bitte nehmen Sie jeweils alle Unterlagen oder Medikamente mit ans Telefon. So können die Ärztinnen Sie besser beraten.

Berater im Hintergrund:

Auch diese Fachleute beantworteten Meditel-Fragen in dieser Ausgabe.



Henri Guttman,
Psychologe (Gu)



Bettina Schlagenhauff,
Hautärztin (Bes)



Walter O. Frey,
Sportarzt (Wof)



Maria Imfeld,
Ernährungsberaterin (Mi)



Teelke Beck,
Frauenärztin (Be)



Peter Zuber,
Zahnarzt (Zu)



Frank Klinkenberg,
Augenarzt (Kli)