

## **dritter Teil der Vortragsreihe „sicher fit mobil“**

### **Frau Uetz von der Staufen Apotheke informiert über Medikamente und Teilnahme am Straßenverkehr**

Am 20.04.2016 fand der dritte Teil der Vortragsreihe „sicher fit mobil“ statt. Frau Uetz von der Staufen Apotheke Salach informierte dabei über das Thema Krankheiten, Medikamente und Auswirkungen in Bezug auf die Fähigkeit, am Straßenverkehr als Fußgänger, Fahrradfahrer oder Autofahrer teilzunehmen.

Wichtig war ihr zunächst, zu betonen, dass viele Krankheiten an sich schon zu Einschränkungen im Straßenverkehr führen. Das Ziel müsse daher sein, durch Behandlung der Krankheit, die Mobilität so weit wie möglich wieder herzustellen bzw. so lange wie möglich zu erhalten. Als Beispiel führte sie Blutdruckschwankungen an, die zu Konzentrationsschwierigkeiten und vermindertes Reaktionsvermögen führten. Oft steht in den Medikamentenbeipackzetteln von Blutdruckregulierenden Medikamenten, dass eine Einschränkung im Straßenverkehr durch das Medikament möglich ist. Jedoch ist es so, dass eine unbehandelte Bluthochdruckkrankung weitaus gefährlicher ist als eine behandelte, die Medikamente also dazu führen, dass man sich im Straßenverkehr sicherer bewegt als ohne – immer vorausgesetzt, man ist richtig eingestellt und nimmt die Medikamente vorschriftsgemäß.

Autofahren ist eine komplexe Körperarbeit. So führt schlechtes Sehen zu einem 9% erhöhtem Unfallrisiko und Frau Uetz empfiehlt dringend, regelmäßig zur Augenärztlichen Kontrolle zu gehen und sich u.a. bezüglich Makuladegeneration, grauem und grünem Star untersuchen zu lassen. Ein 19% höheres Unfallrisiko entsteht durch schlechtes Hören. Auch hier empfiehlt daher die Apothekerin, sich regelmäßigen Hörtests zu unterziehen.

Um 46% erhöht sich das Risiko, einen Unfall zu erleiden, wenn man Magenschmerzen hat oder an Übelkeit leidet und eine medikamentöse Behandlung der Problematik kann zu erhöhter Konzentration im Straßenverkehr führen.

Ein schlecht eingestellter oder gar nicht behandelter Diabetes führt unter anderem zu Sehstörungen, so dass z.B. die Mittellinie nicht richtig erkannt wird. Daher erhöht sich dadurch das Unfallrisiko um 56%. Ein medikamentös gut eingestellter Diabetes hingegen minimiert das Risiko. Wichtig für Diabetiker ist daher, die Anzeichen von Unterzuckerung zu kennen. Diese sind u.a. zittern, Heißhunger, Schwindel und Übelkeit. Ein Diabetiker sollte immer für den Notfall Traubenzucker dabei haben oder Flüssigzucker, um im Fall von Unterzucker das Auto anhalten zu können und sich mit dem Zucker helfen zu können. Erst, wenn der Unterzucker behoben ist, sollte wieder am Straßenverkehr teilgenommen werden.

Ein sehr hohes Unfallrisiko entsteht durch neurologische Erkrankungen. Hier ist eine Unfallrisikoerhöhung um 75% festgestellt worden! Dazu zählen Demenz, Parkinson, Depressionen, MS, Epilepsie und Migräne.

Den Spitzenreiter bei der Erhöhung des Unfallrisikos bildet die Alkoholabhängigkeit mit 100%. Überhaupt sollte man vorsichtig sein in Bezug auf Alkohol, da dieser häufig Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen verstärken oder hervorrufen kann.

Weitere Beschwerden, die das Unfallrisiko erhöhen sind:

Erkältungen (36%), Müdigkeit (41%) und zitternde Hände (74%).

Viele Medikamente, die in der roten Liste gelistet sind, haben im Beipackzettel den Hinweis auf Einschränkungen des Reaktionsvermögens. Davon sind viele frei verkäuflich.

Zu den einzelnen Medikamentengruppen erklärte Frau Uetz folgendes: Wer ein Narkosemedikament bekommt, sollte für mindestens 24h anschließend das Autofahren meiden, egal, wie er sich fühlt. Je nach Länge der Operation bzw. Stärke der Narkose muss teilweise sogar drei Tage gewartet werden.

Auch bei der Lokalanästhesie, wie man sie bspw. beim Zahnarzt bekommt, sollte man anschließend mehrere Stunden vergehen lassen, bevor man am Straßenverkehr teilnimmt.

Was Schlaf- und Betäubungsmittel angeht, so kommt es bezüglich der Einschränkungen der Reaktionsfähigkeit sehr auf den Wirkstoff an. Baldrian und andere pflanzliche Wirkstoffe führen zu keiner Einschränkung, während Medikamente wie Vivinox oder Hoggar night bis zu 10 Stunden das Reaktionsvermögen einschränken.

Psychopharmaka zeigen vor allem in den ersten Wochen der Einnahme Nebenwirkungen, die zur Einschränkung der Verkehrstüchtigkeit führen. Mit der Zeit gewöhnt sich der Körper jedoch an die Substanzen und die Verkehrstüchtigkeit ist wieder hergestellt.

Antiallergika mit neuen Wirkstoffen sind gering leistungsmindernd im Straßenverkehr, ältere wie z.B. Fenistil Tropfen hingegen führen zu ausgeprägter Müdigkeit.

Schmerzmittel mit opiatähnlicher Wirkung haben deutliche Einschränkungen zur Folge durch Nebenwirkungen wie Schwindel oder Kreislaufstörungen.

Vorsicht ist auch geboten bei Medikamenten gegen Erkältungen. Oft sind in diesem Medikamenten Antihistaminika, Hustenmittel, Coffein, Psychostimulanzien (z.B. Aspirin Complex) und Schlafmittel (Wick Medi Night). Hier ist eine gute Beratung durch die Apotheke notwendig, vor allem auch in Bezug auf Nebenwirkungen mit anderen verwendeten Medikamenten. Im Einzelfall kann es vorkommen, dass man mit Erkältungsmedikament die Symptome der Erkältung soweit unterdrückt, dass man dank der Medikamente sicherer im Straßenverkehr ist. Es kann jedoch auch vorkommen, dass man durch die Medikamente Nebenwirkungen (Müdigkeit, Zittern...) hat, die wiederum die Reaktionsfähigkeit einschränken. Hier ist die Verantwortung des Einzelnen gefragt, selbst abzuschätzen, inwieweit er wirklich fit genug für den Straßenverkehr ist.

Jemand, der Bluthochdruckmedikamente nimmt und nicht gut eingestellt ist, gefährdet sich und andere im Straßenverkehr. Gerade zu Beginn der entsprechenden Therapie ist diese Gefährdung am Größten. Beta-Blocker sind bspw. ein Medikament mit deutlicher Wirkung, während ACE- Hemmer hier deutlich ungefährlicher sind.

Es ist sehr wichtig, dass jeder, der Medikamente nimmt, dies in der Apotheke anspricht, damit beim Kauf frei verkäuflicher Medikamente auf Wechselwirkungen geprüft werden kann.

Diesbezüglich zeigt sich gerade bei Senioren eine große Gefahr, da 44% aller Medikamente von Menschen jenseits der 65 genommen werden.



Als neues Projekt stellte Frau Uetz das ATHINA (Arzneimitteltherapiesicherheit in Apotheken) Projekt vor. Hierbei untersucht die Apotheke die Gesamtmedikamentation eines Patienten auf ihre Sicherheit. Auf diese Art sollen Arzneimittelbezogene Probleme erkannt werden. Ziel ist es,

Dosierungsfehler, Interaktionen und Nebenwirkungen der eingenommenen Arzneimittel festzustellen. Interessenten können sich diesbezüglich in der Staufen Apotheke näher informieren.

Frau Uetz rät in der Summe zu folgendem:

1. Erst fragen.... dann starten.
2. kein Alkohol bei Einnahme von Medikamenten
3. Medikamente nach Anweisung des Arztes bzw. Apothekers nehmen, evtl. Check in der Apotheke in Anspruch nehmen.
4. keine abgelaufenen Medikamente einnehmen und Lagerungsanweisungen befolgen
5. sich selbst immer ehrlich hinterfragen, ob man wirklich in der Lage ist, am Straßenverkehr sicher teilzunehmen
6. Kaffee gegen Müdigkeit ist kein Heilmittel. Der Schuss kann nach hinten losgehen, da zu viel Kaffee zu zittern und Herzrasen führen kann. Besser ist es, bei Müdigkeit ein Nickerchen zu machen, kaltes Wasser zu trinken oder durch Bewegung den Kreislauf in Schwung zu bringen.

Für die interessierte Zuhörerschaft war der Vortrag sehr interessant und lehrreich, führte er doch vor Augen, dass jeder, der Medikamente nimmt, eine hohe Verantwortung für sich und andere trägt, Medikamente jedoch oft dazu führen, die Straßenverkehrstauglichkeit wieder herzustellen, da sie Risikofaktoren wie Blutdruckprobleme oder Übelkeit behandeln.

Im Namen der Zuhörer bedankt das Seniorenreferat nochmals ganz herzlich bei Frau Uetz, die sich hervorragend auf diesen Vortrag vorbereitet hat und ihn anschaulich und praxisnah präsentiert hat.