

# GESUNDHEIT UND KRANKHEIT



## MODUL MEDIKAMENTE

### Ziele

- Die SchülerInnen wissen, was sie beachten müssen, wenn sie Medikamente einnehmen.
- Die SchülerInnen reflektieren ihr eigenes Konsumverhalten.
- Die SchülerInnen verstehen, weshalb es Beipackzettel gibt und wissen, welche Informationen sie beinhalten.
- Die SchülerInnen begreifen, dass Antibiotika gegen virale Erkältungen nicht wirken.
- Die SchülerInnen erkennen, wie Antibiotika-Resistenzen entstehen.
- Die SchülerInnen verstehen, dass Wechselwirkungen und Nebenwirkungen auch bei rezeptfreien Arzneimitteln und Nahrungsergänzungsmitteln auftreten können.
- Die SchülerInnen können abgelaufene Medikamente richtig entsorgen.
- Die SchülerInnen wissen, wo sie verlässliche Informationen finden, wenn sie Fragen zum Thema Medikamente haben.

## Wissen für PädagogInnen

Über die Hälfte der 11-jährigen SchülerInnen in Österreich (53%) gibt an, im letzten Monat eines oder mehrere Medikamente eingenommen zu haben. Bei den 17-jährigen sind es 60%. Der Anteil der konsumierenden Burschen bleibt mit zunehmenden Alter konstant, jener der Mädchen steigt stark an, von 43% bei 11-jährigen auf 71% bei 17-jährigen Mädchen. Am häufigsten nehmen SchülerInnen Medikamente gegen Kopfschmerzen ein. Am zweithäufigsten nehmen sie, speziell Mädchen, Medikamenten gegen Magen- oder Bauchschmerzen (HBSC Studie, 2010, S. 52–53).

Arzneimittel können gezielt wirken, um gesundheitliche Beschwerden zu lindern oder Erkrankungen zu heilen. Es ist entscheidend zu wissen, wie wir Medikamente richtig anwenden und dosieren und ob überhaupt eine medikamentöse Behandlung erforderlich ist ([www.gesund-informiert.at](http://www.gesund-informiert.at)). Studien zeigen, dass bis zur Hälfte aller PatientInnen die verordneten Medikamente entweder nicht oder unvorschriftsmäßig einnehmen (Boukal, 2015, Therapierichtlinien einhalten, Medikamente richtig einnehmen).

Im Beipackzettel finden wir Informationen zu Wirkung, richtiger Anwendung, Dosierung und Nebenwirkungen eines Medikaments. Unter Nebenwirkungen steht alles, was nicht nur bei der betreffenden Substanz, sondern auch bei ähnlichen Substanzen jemals als Nebenwirkung aufgetreten ist. Nebenwirkungen können, müssen aber nicht eintreten ([www.gesund-informiert.at](http://www.gesund-informiert.at)).

Auch bei rezeptfreien, privat gekauften Medikamenten können Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten auftreten. Nimmt z.B. eine Frau, die mit der Antibabypille verhütet, Johanniskraut ein, schwächt das die Wirkung der Pille. Nehmen z.B. Personen zusätzlich zu Blutverdünnern Aspirin ein, kann das ebenfalls zu Wechselwirkungen der beiden Medikamente führen ([www.gesund-informiert.at](http://www.gesund-informiert.at)).

Antibiotika werden zu häufig und oft fehlerhaft eingesetzt. Meist sind es Viren, die eine Erkältung auslösen. Antibiotika helfen dann nicht, denn sie wirken ausschließlich gegen Bakterien. Übelkeit, Durchfall und Hautausschlag sind häufige Nebenwirkungen, und somit möglicher Schaden von Antibiotika ([www.gemeinsam-gut-entscheiden.at](http://www.gemeinsam-gut-entscheiden.at)). Es ist wichtig, Nutzen und Schaden abzuwägen, um eine passende Entscheidung zu treffen. Wenn man Antibiotika zu häufig oder unsachgemäß einsetzt, können die Krankheitserreger widerstandsfähig, d.h. resistent, werden und die Antibiotika wirken nicht mehr. Um Resistenzen entgegenzuwirken, ist es wichtig, dass wir Antibiotika verordnungsgemäß anwenden. Auch wenn die Beschwerden abklingen, sollten PatientInnen Antibiotika so lange einnehmen, wie es die Ärztin oder der Arzt verschreibt. Ansonsten können Krankheitserreger im Körper bleiben und die Krankheit erneut ausbrechen ([www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de)).

## Quellen

**Boukal, C.** (2015). Therapierichtlinien einhalten. Medikamente richtig einnehmen. Download vom 16.10.2019, von [www.oegkk.at/cdscontent/?contentid=10007.705902&portal=ooegkkportal&viewmode=content](http://www.oegkk.at/cdscontent/?contentid=10007.705902&portal=ooegkkportal&viewmode=content)

**Donau-Universität Krems.** (2019). Gemeinsam gut entscheiden – eine Initiative von ÄrztInnen für ÄrztInnen und PatientInnen. Download von 02.10.2019, von [www.gemeinsam-gut-entscheiden.at](http://www.gemeinsam-gut-entscheiden.at)

**Gesundheitsfonds Steiermark.** (2019). Medikamenteneinnahme. Download vom 07.10.2019, von [www.gesund-informiert.at/gesundheits Themen/medikamenteneinnahme](http://www.gesund-informiert.at/gesundheits Themen/medikamenteneinnahme)

**Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen.** (2017). Antibiotika richtig anwenden und Resistenzen vermeiden. Download vom 02.10.19, von [www.gesundheitsinformation.de/antibiotika-richtig-anwenden-und-resistenzen.2321.de.html?part=meddrei-ci](http://www.gesundheitsinformation.de/antibiotika-richtig-anwenden-und-resistenzen.2321.de.html?part=meddrei-ci)

**Ramelow, D. et al.** (2011). Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülern und Schülerinnen. Ergebnisse des WHO-HBSC-Survey 2010. Bundesministerium für Gesundheit (Hrsg.), Wien.

## Fallbeispiele

### Fallbeispiel für SchülerInnen der Unterstufe<sup>1</sup>

Paul wacht mit starken Halsschmerzen und Schluckbeschwerden auf. Seine Körpertemperatur ist leicht erhöht. Paul möchte so schnell wie möglich wieder gesund werden. Die Ärztin untersucht ihn und stellt eine Diagnose: eitrige Mittelohrentzündung. Sie verschreibt ihm ein Antibiotikum. Paul meint, das sei gar nicht nötig. Sie hätten noch eine Packung zu Hause, die seine Schwester vor einem halben Jahr nicht aufgebraucht hat. Wieso ist das problematisch? Was ist zu beachten, wenn man Antibiotika einnimmt? Was könnte Paul die Ärztin fragen, wenn er sich unsicher ist, ob er überhaupt ein Antibiotikum braucht?

### Fallbeispiel für SchülerInnen der Oberstufe

Hanna verhütet seit zwei Jahren mit der Antibabypille. In letzter Zeit fühlt sie sich oft niedergeschlagen und schlapp. Ihre Tante empfiehlt ihr, Tabletten mit Johanniskraut einzunehmen. Diese kann sie ohne Rezept in der Apotheke kaufen. Sie sollen helfen, ihre trübe Stimmung wieder aufzuhellen. Und natürliche Mittel wie Johanniskraut können doch keine Nebenwirkungen haben, oder?

## Reflexionsfragen für SchülerInnen

- Wie häufig nimmst du Medikamente ein? Welche?
- Stimmt es, dass Nahrungsergänzungsmittel und nicht verschreibungspflichtige Medikamente keine Neben- oder Wechselwirkungen haben können?
- Wo findest du Informationen, wenn du unsicher bist, ob sich ein Nahrungsergänzungsmittel auf die Wirkung eines Medikaments auswirkt? Wen kannst du fragen?
- Mit welcher Flüssigkeit solltest du Medikamente einnehmen und mit welchen nicht? Weshalb?
- Was ist zu beachten, wenn du Antibiotika einnimmst?
- Weshalb helfen Antibiotika bei Erkältung und Schnupfen meist nicht?
- Wie und weshalb entstehen Antibiotika-Resistenzen?

---

<sup>1</sup> Beispiel angelehnt ans Modul „Arzneimittel richtig anwenden“ des Projekts „Pausenlos Gesund“, siehe [www.stiftung-gesundheitswissen.de/schulprojekt-pausenlos-gesund-ueberblick](http://www.stiftung-gesundheitswissen.de/schulprojekt-pausenlos-gesund-ueberblick)

## Materialien zu Partner-/Gruppen-/Einzelarbeit

[www.feel-ok.at/de\\_AT/schule/themen/alle\\_arbeitsblaetter.cfm](http://www.feel-ok.at/de_AT/schule/themen/alle_arbeitsblaetter.cfm)

## Abschlussdiskussion mit der gesamten Klasse

### Vertiefungsübungen

#### Vertiefungsübung für SchülerInnen der Unterstufe

Die SchülerInnen teilen sich in Gruppen. Jede Gruppe gestaltet ein Plakat oder einen Flyer mit Hinweisen, was wir bei der Einnahme von Antibiotika beachten sollten. Anschließend präsentieren sie ihr Ergebnis vor der Klasse.

#### Vertiefungsübung für SchülerInnen der Oberstufe

Reflexion über Schmerzen und den möglichen Umgang damit

Die PädagogInnen regen die SchülerInnen an, sich mit Schmerzen und Kranksein auseinanderzusetzen. Beides gehört zum Leben. Personen nehmen Schmerzen unterschiedlich wahr. Positive Gedanken, schöne Erlebnisse und Musik können von Schmerzen ablenken oder sie für eine Weile vergessen machen ([www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de)). Folgende Reflexionsfragen stellen eine Anregung zur Diskussion dar:

- Was könnt ihr tun, wenn ihr Kopf- oder Regelschmerzen habt? Was sind Vor- und Nachteile der Vorschläge? (Ein Schmerzmittel einzunehmen stellt eine Möglichkeit unter vielen dar)
- Welche Schmerzen hältst du aus und wie lange? Was hilft dir, Schmerzen zu ertragen?
- Hat Schmerz auch positive Aspekte? Welche?

## Weitere Informationen und Materialien zum Thema

Informationsblätter und Videos zu Medikamenteneinnahme

[www.gesund-informiert.at](http://www.gesund-informiert.at)

Poster und Broschüre zu Antibiotika bei Erkältung

[https://gemeinsam-gut-entscheiden.at/pdf/GGE\\_Plakat\\_Allgemeinmedizin.pdf](https://gemeinsam-gut-entscheiden.at/pdf/GGE_Plakat_Allgemeinmedizin.pdf)

Wie man Antibiotika richtig anwendet und Resistenzen vermeidet

[www.gesundheitsinformation.de/antibiotika-richtig-anwenden-und-resistenzen.2321.de.html?part=meddrei-ci](http://www.gesundheitsinformation.de/antibiotika-richtig-anwenden-und-resistenzen.2321.de.html?part=meddrei-ci)

Quiz Medikamenten-Anwendung

[www.gesundheitsinformation.de/quiz-medikamenten-anwendung.2323.de.html](http://www.gesundheitsinformation.de/quiz-medikamenten-anwendung.2323.de.html)

Quiz Antibiotika

[www.gesundheit.gv.at/service/tools/antibiotika](http://www.gesundheit.gv.at/service/tools/antibiotika)

Faktenbox Antibiotika bei einer Erkältung

[www.harding-center.mpg.de/de/faktenboxen/antibiotika/erkaeltung](http://www.harding-center.mpg.de/de/faktenboxen/antibiotika/erkaeltung)

Evidenzbasierte Bewertungen von Gesundheitsmythen, Werbebehauptungen und Medienbeiträgen

[www.medizin-transparent.at](http://www.medizin-transparent.at)

**Für PädagogInnen:**

Lehrerinformation des Projekts Pausenlos Gesund mit Arbeitsblättern und Übungen zum Thema Arzneimittel richtig anwenden

[www.stiftung-gesundheitswissen.de/sites/default/files/pdf/05\\_Arzneimittel.pdf](http://www.stiftung-gesundheitswissen.de/sites/default/files/pdf/05_Arzneimittel.pdf)