

Tipps des Aktionsbündnis Patientensicherheit e.V. zum häuslichen Umgang mit Arzneimitteln

In nahezu jedem deutschen Haushalt gibt es eine „Hausapotheke“. Die „Hausapotheke“ besteht aus den Arzneimitteln, die regelmäßig oder nur bei Bedarf, z. B. bei Erkältungen, von den Familienmitgliedern angewendet werden.

Bestimmte Arzneimittel werden daher häufig über einen längeren Zeitraum gelagert, da sie nur sporadisch zum Einsatz kommen – die richtigen Lagerbedingungen sind daher für ihre Wirksamkeit entscheidend.

Die folgenden 10 Punkte zeigen wichtige, allgemein gültige Aspekte zur Lagerung und Handhabung Ihrer Arzneimittel auf. Wenn Sie sich unsicher sind, oder konkrete Fragen zu einem spezifischen Arzneimittel haben, wenden Sie sich bitte an das Personal Ihrer Apotheke oder Arztpraxis.

1. Bewahren Sie Ihre Arzneimittel möglichst alle zusammen auf – üblicherweise an einem trockenen, kindersicheren, normaltemperierten (optimalerweise unter 25 °C) Ort. Vermeiden Sie dabei feuchte Räume (z. B. Bad), aber auch direkte Wärme- (z. B. Heizung) oder Sonneneinstrahlung (z. B. Fensterbank). Beachten Sie Ausnahmen, z. B. Arzneimittel, die speziell gekühlt werden müssen. Ob solche Ausnahmen für Ihr Arzneimittel zutreffen, kann Ihnen Ihre:r Apotheker:in sagen.
2. Lagern Sie die Arzneimittel so, dass die Gefährdung anderer Menschen (z. B. Kinder) ausgeschlossen ist.
3. Bewahren Sie die Arzneimittel in der Packung mit dem Beipackzettel auf. Sollte dieser verloren gehen, fragen Sie in Ihrer Apotheke nach Ersatz.
4. Nehmen Sie nur Arzneimittel, die für Sie bestimmt sind. Geben Sie im Umkehrschluss auch Ihre Arzneimittel nicht an andere Personen weiter.
5. Stellen Sie sicher, dass Sie für die Arzneimittel, die Sie regelmäßig einnehmen, einen aktuellen und vollständigen Medikationsplan besitzen und diesen auch bei Arztbesuchen, im Krankenhaus oder in der Apotheke vorlegen.
6. Leben in Ihrem Haushalt mehr als eine Person, die Arzneimittel einnehmen, so notieren Sie auf jeder Arzneimittelpackung, für wen das Arzneimittel bestimmt ist.
7. Bestimmte Arzneimittel, wie beispielsweise Augentropfen, Lösungen und Säfte, sind nach dem Öffnen nur noch begrenzt verwendbar. Informieren Sie sich über solche verkürzten Aufbrauchsfristen in der Packungsbeilage oder in Ihrer Apotheke. Notieren Sie sich beim Anbruch eines solchen Arzneimittels das Aufbrauchsdatum auf der Packung.
8. Einige Tabletten müssen vor der Einnahme geteilt werden. Lassen Sie sich in der Apotheke die richtige Technik erläutern. Nicht alle Tabletten sind zum Teilen geeignet (manche Kerben sind reine Schmuckkerben!). Je weniger Tabletten geteilt werden, desto besser! Besprechen Sie die Möglichkeiten mit Ihrer Arztpraxis oder Ihrer Apotheke. Wenn beim Tablettenrichten halbe Tabletten übrig bleiben, werfen Sie diese und heben diese nicht lose in der Packung auf.
9. Für das Vorbereiten eines Wochenbedarfes sind Dosetten geeignet. Welche Arzneimittel hierfür nicht geeignet sind (z. B. wegen Lichtempfindlichkeit), kann Ihnen Ihre:r Apotheker:in sagen.
10. Überprüfen Sie regelmäßig Ihre Hausapotheke auf abgelaufene Medikamente. Entsorgen Sie abgelaufene Arzneimittel oder solche, die Sie nicht mehr verwenden, sachgerecht. Die Toilette oder der Abfluss sind nicht zur Entsorgung geeignet!