

DE

LL
A2

INFOBLATT

MEDIKAMENTE: GEBRAUCH UND ABHÄNGIGKEIT

LIEBE LESER*INNEN,

Medikamente helfen uns. Sie sind wichtig und notwendig. Sie können uns gesund machen und helfen, zum Beispiel gegen Schmerzen. Aber manche Medikamente können abhängig machen.

Wichtig ist deshalb Aufmerksamkeit beim Verschreiben und auch beim Einnehmen von Medikamenten.

Mit diesem Info-Blatt möchten wir Sie über dieses Risiko informieren.



www.jukus.at



[dieverschwiegenesucht2_1](#)



[DvS2_1](#)



FAKTENBOX ABHÄNGIGKEIT

Abhängige Menschen haben einen sehr starken inneren Drang nach einem bestimmten Zustand. Diesen Zustand erreichen sie entweder

- durch Stoffe, zum Beispiel Tabak, Alkohol, unerlaubte Drogen oder Medikamente.
- durch ein bestimmtes Verhalten, zum Beispiel beim Glücksspiel oder beim Einkaufen.

Abhängige Menschen müssen diesem Drang immer wieder nachgeben.

Wenn sie das nicht tun, bekommen sie sehr unangenehme seelische oder körperliche Probleme.

Zum Beispiel Schmerzen, Angst, Schlaflosigkeit oder sie sind verwirrt.

FAKTENBOX MEDIKAMENTENABHÄNGIGKEIT

- Abhängigkeit von Medikamenten ist eine Krankheit.
- Abhängige Menschen haben ein großes Verlangen nach „ihren“ Medikamenten. Nur mit diesen Medikamenten können sie ihren Alltag schaffen.
- In Österreich sind ungefähr 150.000 Menschen von Medikamenten abhängig.
- Viele abhängige Menschen wissen gar nicht, dass sie abhängig sind, weil ja Ärzt*innen die Medikamente verschreiben.
- Jeder Mensch kann von Medikamenten abhängig werden.
- Frauen und ältere Menschen sind besonders oft von Medikamenten abhängig.

VERWENDUNG UND ABHÄNGIGKEIT VON MEDIKAMENTEN

Medikamente erleichtern oder heilen gesundheitliche Probleme. Das können seelische oder körperliche Probleme sein.

Wenn Medikamente gut gegen solche Probleme wirken, nehmen Menschen sie oft zu lange. Manchmal hören sie überhaupt nicht mehr damit auf. Als Nebenwirkung kann es dann zu einer Abhängigkeit von einem Medikament kommen.

Wichtig ist immer, dass Ärzt*innen aufpassen, welche Medikamente sie Ihnen geben. Und dass Sie wissen, wie Sie diese Medikamente einnehmen müssen.

WAS KANN ICH SELBER TUN?

- **Führen Sie ein ärztliches Gespräch:**
 - Brauche ich das Medikament noch?
 - Wie lange soll ich dieses Medikament noch nehmen?
 - Gibt es andere Möglichkeiten, außer Medikamente zu nehmen?
- **Holen Sie eine 2. ärztliche Meinung ein.** Sprechen Sie mit anderen Ärzt*innen über Ihre Krankheiten und Medikamente.

GRUND FÜR EINE ABHÄNGIGKEIT VON MEDIKAMENTEN

Meistens gibt es am Anfang ein seelisches oder körperliches Problem. Dieses Problem wird mit Medikamenten behandelt.

Wenn man ein Medikament zu lange einnimmt, kann eine Abhängigkeit entstehen. Bei manchen Medikamenten, kann das schon nach 2 Wochen passieren. Es gibt aber große Unterschiede.

ANZEICHEN FÜR EINE ABHÄNGIGKEIT

- Ihr Medikament wirkt nicht mehr so gut. Sie brauchen mehr davon, damit Sie die gleiche Wirkung spüren.
- Sie haben einen starken Drang, „Ihr“ Medikament zu nehmen.
- Anzeichen für eine Abhängigkeit, wenn Sie das Medikament nicht mehr nehmen:
 - Unruhe, Schlaflosigkeit, Angst
 - Krämpfe, große Traurigkeit, Verwirrung

Diese Anzeichen nennt man Entzugs-Erscheinungen.

Abhängigkeit von bestimmten Medikamenten kann zu Gedächtnis-Störungen führen.

Sie können unter Umständen auch leichter an Demenz erkranken.

SCHMERZMITTEL, BERUHIGUNGSMITTEL UND SCHLAFMITTEL

Viele Medikamente gegen Angst, Stress oder Schlaflosigkeit können abhängig machen.

Sie wirken gut, aber man kann schon nach kurzer Zeit abhängig werden.

Aber auch Medikamente, die wach und aufmerksam machen oder Nasensprays können abhängig machen.

Das gilt auch für Medikamente, die helfen, mit dem Rauchen aufzuhören.

WIE KANN ICH ANDERE DARAUF ANSPRECHEN, DIE VIELLEICHT ABHÄNGIG SIND?

Sprechen Sie mit den Personen.
Sagen Sie zum Beispiel:

- Ich habe den Eindruck, dass Dir Deine Medikamente nicht mehr NUR gut tun.
- Hast Du das Gefühl, dass Du Deine Medikamente immer dabei haben musst?

BEHANDLUNG

- Es kann sein, dass man ein Medikament nicht mehr nehmen soll. Dabei ist ärztliche Begleitung wichtig.
- Hören Sie **niemals** plötzlich und selbstständig mit Ihren Medikamenten auf!
Es besteht die Gefahr von starken Entzugs-Erscheinungen!

SELBST-TEST ZU EINER ABHÄNGIGKEIT VON MEDIKAMENTEN

Sie können diesen Test für ein ärztliches Gespräch verwenden.

Achtung!

Sie können mit diesem Test nicht selbst entscheiden, ob Sie abhängig sind oder nicht.

Bitte besprechen Sie Ihre Ergebnisse mit einem Arzt oder einer Ärztin.

Wenn Sie mehr als 2 Fragen mit „stimmt“ beantwortet haben, empfehlen wir unbedingt ein ärztliches Gespräch. Finden Sie gemeinsam heraus, ob Sie von Medikamenten abhängig sind.

Sie schaffen Ihren Alltag nur mit Medikamenten?
In dem Fall ist es wichtig und sinnvoll, dass Sie sich Rat und Unterstützung holen.

Hier finden Sie eine Liste von Beratungs-Stellen in der Steiermark, wo Sie Hilfe bekommen:

www.jukus.at/gesundheit/infoblatt

1. Ohne Medikamente kann ich schlechter schlafen.

stimmt stimmt nicht

2. Zur Sicherheit habe ich immer genug Tabletten zu Hause.
Ich möchte nicht, dass mir die Medikamente ausgehen.

stimmt stimmt nicht

3. Ich wäre mit mir zufrieden,
wenn ich keine Medikamente nehmen würde.

stimmt stimmt nicht

4. Es gibt Situationen, die ich ohne Medikamente nicht schaffe.

stimmt stimmt nicht

5. Andere Menschen glauben, dass ich Probleme mit Medikamenten habe.

stimmt stimmt nicht

6. Ich habe das Gefühl, dass ich mit Medikamenten mehr schaffe.

stimmt stimmt nicht



Sie finden eine Übersicht von steirischen Beratungsstellen
und die ursprünglichen Informationen im Infoblatt
unter www.jukus.at/gesundheit/infoblatt oder beim QR-Code.



Dieses Infoblatt gibt es in diesen Sprachen:

Deutsch, Deutsch – Leichter Lesen, Türkisch (Türkçe), Englisch (English),
Bosnisch/Kroatisch/Serbisch (BHS), Ukrainisch (українська),
Rumänisch (Română), Farsi (فارسى), Arabisch (عربى), Russisch (Русский)

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Alena Strauss
E: alena@jukus.at
T: +43 316 722865-220

Viktoria Erne
E: viktoria@jukus.at
T: +43 316 722865-221

Ein Projekt von



Fördergeber*innen

