

## **Ibuprofen sicher anwenden: Risiken der Selbstmedikation im Blick**

Erfahren Sie, warum zwei 400-mg-Ibuprofen-Tabletten nicht gleichwertig einer 800-mg-Dosis sind und welche Risiken bestehen.

### **Die Gefahren der Selbstmedikation mit Ibuprofen**

Die Einnahme von Schmerzmitteln, insbesondere von rezeptfreien Arzneimitteln wie Ibuprofen, stellt ein weit verbreitetes Problem dar. Viele Menschen nehmen häufig Medikamente in einer Dosierung ein, die möglicherweise gesundheitliche Risiken birgt. Ein aktueller Appell von Fachleuten warnt vor der gängigen Praxis, zwei 400-Milligramm-Tabletten als Alternative zu einer 800-Milligramm-Dosis zu verwenden.

### **Bedeutung der Dosierung bei Schmerzmitteln**

Ibuprofen ist bekannt für seine schmerzlindernden, fiebersenkenden und entzündungshemmenden Eigenschaften. Es wird häufig zur Behandlung von Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen und Muskelschmerzen eingesetzt. Es ist wichtig zu beachten, dass Ibuprofen in einer niedrigeren Dosierung, konkret in 400 Milligramm, rezeptfrei erhältlich ist, während höhere Dosen nur mit ärztlicher Verschreibung verfügbar sind.

Nach Angaben des LMU Klinikums erklärt Professor Dominik Irnich, dass die rezeptpflichtige Regelung für höhere Dosierungen nicht ohne Grund existiert. Verbraucher sollten daher unbedingt darauf achten, nicht eigenmächtig die Dosierung zu erhöhen, um gesundheitlichen Risiken vorzubeugen.

## **Risiken durch falsche Einnahme**

Eine häufige Gefahr ist, dass viele Menschen die empfohlene Höchstdosis nicht kennen und denken, dass die gleichzeitige Einnahme von zwei Tabletten à 400 mg einer einfacheren Dosis von 800 mg gleichkommt. Dies kann jedoch schwerwiegende Nebenwirkungen mit sich bringen. Zu den möglichen Auswirkungen einer falschen Dosierung zählen Sodbrennen, Übelkeit, Durchfall und in extremen Fällen sogar Blutungen im Magen-Darm-Bereich.

## **Regeln für die Selbstmedikation mit Ibuprofen**

Wenn Verbraucher zwar auf Ibuprofen zurückgreifen möchten, sollten sie dennoch einige wichtige Regeln beachten:

- Medikamente mit 400 mg Ibuprofen können alle vier bis sechs Stunden eingenommen werden.
- Die maximale Tagesdosis von 2.400 mg sollte in jedem Fall nicht überschritten werden.

Diese Richtlinien sind entscheidend, um sowohl die Wirkung des Medikaments zu maximieren als auch das Risiko von Nebenwirkungen zu minimieren.

## **Der negative Trend der Selbstmedikation**

Die Gesundheitsberichterstattung zeigt, dass rezeptfreie Schmerzmittel, insbesondere Ibuprofen, einen erheblichen Teil

des Umsatzes in Apotheken ausmachen. Im Jahr 2017 beanspruchten sie mehr als die Hälfte des Umsatzes mit rezeptfreien Analgetika, was sich auf etwa 320 Millionen Euro beläuft. Dieser Trend wirft jedoch Fragen auf: Warum greifen so viele Menschen zu Schmerzmitteln ohne die Beratung eines Arztes?

Der unbedachte Umgang mit Medikamenten stellt nicht nur eine Gefahr für Einzelpersonen dar, sondern kann auch ein breiteres gesellschaftliches Problem widerspiegeln, bei dem es an Aufklärung über die richtige und sichere Einnahme von Medikamenten mangelt.

## **Fachdiskussion über Rezeptfreiheit**

Professor Irnich spricht sich dafür aus, die Rezeptfreiheit für solche Medikamente zu hinterfragen, besonders angesichts der Vielzahl an unerwünschten Wirkungen und insbesondere bei älteren Menschen, die oft mehrere Medikamente gleichzeitig einnehmen. Das Ziel muss sein, die Patienten besser aufzuklären und die Einnahme von Medikamenten sicherer zu gestalten.

Insgesamt zeigt diese Diskussion die komplexen Herausforderungen auf, die mit der Selbstmedikation verbunden sind, und betont die Notwendigkeit, die Öffentlichkeit über die Risiken und richtigen Anwendungsmethoden von Schmerzmitteln zu informieren. Verbraucher sollten in jedem Fall Rücksprache mit einem Facharzt halten, bevor sie Schmerzmittel einnehmen.

- **NAG**

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](http://n-ag.de)**