

POLYPHARMAZIE

Weniger ist oft mehr

Gerade ältere Patientinnen und Patienten nehmen oft mehrere Medikamente gleichzeitig ein. Die Medikamentenliste sollte mindestens einmal jährlich von einer Fachperson überprüft werden.

VON MICHELE MUTTI SOW

Mit zunehmendem Alter steigt die Zahl der Diagnosen – und oft auch die Zahl der Medikamente. Was medizinisch sinnvoll beginnt, kann schnell zur Belastung werden. Fachleute sprechen von Polypharmazie, wenn fünf oder mehr Medikamente gleichzeitig eingenommen werden. Gerade für ältere Personen birgt dies erhebliche Risiken.

20 000 Spitalaufenthalte.

«Ein zentrales Problem ist die Überversorgung. In der Praxis werden Medikamente teilweise weitergeführt, obwohl ihre ursprüngliche Indikation nicht mehr besteht», sagt Markus Lampert. Der Chefapotheker der öffentlichen Apotheke Spitalzentrum Biel verweist auf Studien der Stiftung Patientensicherheit: Bei Medikationsüberprüfungen werden regelmässig Präparate ohne Nutzen entdeckt. Die Stiftung Patientensicherheit Schweiz weist darauf hin, dass unnötige Verordnungen Teil einer sogenannten Fehl- oder Überversorgung sind und Betroffene gefährden.

«Hinzu kommt, dass Medikamentenlisten oft nicht konsequent überprüft wer-

den. Gerade an Schnittstellen entstehen Fehler, beispielsweise beim Eintritt oder Austritt aus dem Spital», so Lampert. Jährlich sind in der Schweiz rund 20 000 Spitalaufenthalte auf medikamentenbedingte Probleme zurückzuführen. Etwa die Hälfte davon wären vermeidbar, gerade durch einen systematischen Medikationsabgleich.

Mehr Nebenwirkungen.

Ein weiteres Risiko sind sogenannte Verschreibungskaskaden. «Dabei wird ein neues Medikament verordnet, um Nebenwirkungen eines anderen zu behandeln, ohne die eigentliche Ursache zu erkennen», erklärt Lampert. So könne sich die Medikamentenliste immer weiter verlängern, während die Nebenwirkungen zunehmen würden. Besonders problematisch ist dies bei älteren Menschen, deren Stoffwechsel langsamer arbeitet und die empfindlicher auf Wirkstoffe reagieren.

Auch Wechselwirkungen spielen eine wichtige Rolle: Nicht alle Medikamente vertragen sich oder sind

nur bei bestimmten Erkrankungen geeignet. Mit jeder zusätzlichen Substanz steigt das Risiko für Wechselwirkungen deutlich. Studien zeigen, dass bereits ab zwei Medikamenten die Wahrscheinlichkeit dazu steigt.

Die Folgen können gravierend sein und betreffen oft Ältere: Schwindel, Stürze, Verwirrtheit oder Organschäden. In Pflegeheimen sind bis zu 86 Prozent der Bewohner von Polypharmazie betroffen, und ein grosser Teil erhält mindestens ein potenziell ungeeignetes Medikament.

Individuell abgestimmt.

Was bedeutet das konkret? Entscheidend ist, die eigene Medikation aktiv mitzugestalten. Dazu gehört, alle eingenommenen Medikamente – auch frei verkäufliche Präparate – zu dokumentieren und regelmässig mit einer Fachperson, also einem Hausarzt oder einem Apotheker, zu besprechen.

Initiativen wie «Smarter Medicine» betonen: Weniger ist oft mehr. Ziel ist nicht der Verzicht auf notwendige Therapien, sondern eine individuell abgestimmte, sichere und wirksame Behandlung.

Polypharmazie lässt sich nicht immer vermeiden – aber ihre Risiken lassen sich reduzieren. Voraussetzung dafür ist ein bewusster Umgang mit Medikamenten, eine enge Zusammenarbeit zwischen Patientinnen und Fachpersonen sowie eine konsequente Überprüfung jeder einzelnen Verordnung. ■

POLYMÉDICATION

Moins vaut souvent mieux

Beaucoup de patients âgés prennent plusieurs médicaments simultanément. Leur liste de médicaments devrait être vérifiée au moins une fois par an par un professionnel de la santé.

VON MICHELE MUTTI SOW

L'âge venant, le nombre de diagnostics augmente et souvent aussi le nombre de médicaments. Ce qui commence par être médicalement justifié peut rapidement devenir un fardeau. Les spécialistes parlent de polymédication lorsque cinq médicaments ou plus sont pris simultanément. Cela entraîne des risques considérables, en particulier chez les personnes âgées.

20 000 hospitalisations.

«L'un des principaux problèmes est la surprescription. En pratique, certains médicaments continuent d'être prescrits alors que leur indication initiale n'est plus valable», selon Markus Lampert. Le pharmacien chef de la pharmacie publique du centre hospitalier de Bienne renvoie aux études de la Fondation Sécurité des patients: les contrôles de médication font régulièrement état de la présence de médicaments inutiles. La Fondation Sécurité des patients Suisse souligne que ces prescriptions inutiles s'inscrivent dans ce que l'on appelle une «surmédication» et qu'elles mettent en danger les personnes concernées.

«De plus, les listes de médicaments ne sont souvent pas vérifiées de manière systématique. C'est essentiellement aux points de transition que des erreurs surviennent, par exemple lors de l'admission ou de la sortie de l'hôpital» selon Markus Lampert. Chaque année en Suisse, environ 20 000 hospitalisations sont dues à des problèmes de médication. Près de la moitié d'entre elles pourraient être évitées, par exemple grâce à un bilan systématique des traitements médicamenteux.

Plus d'effets secondaires.

Les «prescriptions en cascade» constituent un autre risque. «Dans ce cas, un nouveau médicament est prescrit pour traiter les effets secondaires d'un produit précédent, sans identifier la cause réelle», explique le pharmacien. Ainsi, la liste des médicaments peut s'allonger sans fin, avec une aggravation des effets secondaires. Cela pose un problème particulier chez les personnes âgées, dont le métabolisme est ralenti et qui sont plus sensibles aux principes actifs.

Les interactions jouent également un rôle important: tous les médicaments ne sont

pas compatibles entre eux ou ne conviennent qu'à certaines pathologies. Chaque substance supplémentaire augmente considérablement le risque d'interactions. Des études montrent que ce risque augmente dès la prise de deux médicaments.

Les conséquences peuvent être graves et touchent souvent les personnes âgées: vertiges, chutes, confusion ou lésions organiques. Quelque 86 % des résidents de maisons de retraite sont concernés par la polymédication et une grande partie d'entre eux reçoit au moins un médicament potentiellement inadapté.

Adapté à chaque cas.

Qu'est-ce que cela signifie concrètement ? Il est essentiel de participer activement à la gestion de son traitement médicamenteux. Cela implique de répertorier tous les médicaments pris, y compris ceux en vente libre, et d'en discuter régulièrement avec un professionnel de santé, à savoir un médecin généraliste ou un pharmacien.

Des initiatives telles que la «Smarter Medicine» soulignent que «moins vaut souvent mieux». L'objectif n'est pas de renoncer aux traitements nécessaires mais de proposer un traitement sûr et efficace, adapté à chaque patient.

Une polymédication n'est pas toujours évitable mais ses risques peuvent être réduits. Il faut utiliser les médicaments de manière responsable, que les patients et les professionnels de santé collaborent étroitement et que chaque prescription soit examinée avec rigueur. ■

DER RAT LE CONSEIL

Markus Lampert,

Chefapotheker öffentliche Apotheke Spitalzentrum Biel und Dozent an der Uni Basel/pharmicien chef de la pharmacie publique du Centre hospitalier de Bienne et chargé de cours à l'Université de Bâle.



«Eine Medikamentenliste sollte mindestens einmal im Jahr überprüft werden. Gerade wenn mehrere Ärztinnen und Ärzte beteiligt sind. Ich rate, regelmässig alle Medikamente in die Apotheke mitzubringen – auch freiverkäufliche Präparate, Vitamine oder pflanzliche Mittel. Wir prüfen, ob Wirkstoffe doppelt vorhanden sind, ob Wechsel- oder Nebenwirkungen bestehen oder ob ein Medikament nicht mehr nötig ist. Holen Sie bei Unsicherheiten eine Zweitmeinung ein. Nehmen Sie nie ohne Rücksprache neben verschriebenen Medikamenten freiverkäufliche Arzneimittel ein. Auch dies birgt Gefahren, die vermieden werden können, wenn die Einnahme mit einer Fachperson besprochen wird.»

«Il est recommandé de faire vérifier sa liste de médicaments au moins une fois par an. Nous vérifions s'il y a des principes actifs en double, s'il existe des interactions ou des effets secondaires, ou si un produit n'est plus nécessaire. De nombreuses pharmacies proposent ce type de service sous le nom d'«analyse des médicaments» ou de «bilan de polymédication». En cas de doute, il est recommandé de demander un deuxième avis professionnel afin d'identifier les médicaments inutiles, d'ajuster les posologies ou de trouver des alternatives. «Ne prenez jamais de médicaments en vente libre sans en avoir préalablement discuté avec un professionnel de santé, car eux aussi entraînent des risques évitables.»

Ihre Apotheke -

die erste Anlaufstelle für Gesundheitsfragen von A bis Z.



Votre pharmacie -

Votre lieu de référence pour toute question de santé.

regioPharm Bienne-Seeland Jura Bernois	
BIEL / BIENNE	
Apotheke Dr. Hysek Dr. Hysek Cédric	Bözingenstrasse 162 032 345 22 22
Apotheke im Spitalzentrum Helene Studer	Vogelsang 84 032 324 23 00
Bottenberg Apotheke Durtschi Peter	Mettstrasse 144 032 341 55 30
Geno Apotheke Dr. Ambühl Philipp	General-Dufour-Strasse 4 032 329 39 59
Geno Apotheke Krapf Beatrice	Zentralstrasse 45 032 329 39 79
NIDAU	
Schloss Apotheke Nidau Gosteli Chiorean Ana	Hauptstrasse 30 032 331 93 42
LENGNAU	
Geno Apotheke Vogel David	Bürenstrasse 1 032 652 44 13
LYSS	
Apotheke Lyssbach Arnold Dominik	Steinweg 26 032 384 54 54
Bahnhof-Apotheke Lyss Friedli Daniela	Bahnhofstrasse 6 032 384 13 70



LEISTUNG - NÄHE - SICHERHEIT

Medikamente erfordern besondere Sorgfalt. Ihre RegioPharm-Apotheke gewährleistet sichere Betreuung durch Fachpersonen. Nur richtig dosiert und angewendet fördern Medikamente die Gesundheit, falscher Gebrauch birgt Risiken.

PERFORMANCE - PROXIMITÉ - SÉCURITÉ

Les médicaments exigent un soin particulier. Votre pharmacie RegioPharm garantit un suivi sûr par des spécialistes. Seuls un dosage et une utilisation corrects des médicaments favorisent la santé, une mauvaise utilisation comporte des risques.

NEWS

Der Schweizerische Apothekerverband pharmaSuisse begrüsst die Veröffentlichung des direkten Gegenwurfs des Bundesrates zur Volksinitiative «Ja zur medizinischen Versorgungssicherheit». Arzneimittellengpässe haben sich zu einem strukturellen Problem entwickelt und üben einen wachsenden Druck auf die Gesundheitsfachpersonen aus – insbesondere auf Apotheker. In seiner Strategie schlägt der Bundesrat Massnahmen zur Stärkung der Versorgungssicherheit mit therapeutischen Produkten vor: So sollen Packungsbeilagen durch QR-Codes ersetzt, Verpackungen verwendet werden können, die nicht speziell für den Schweizer Markt produziert wurden, und die Zulassungsverfahren vereinfacht werden.

La Société Suisse des Pharmaciens salue la publication du contre-projet direct du Conseil fédéral à l'initiative populaire «Oui à la sécurité de l'approvisionnement médical» qui reconnaît la nécessité d'agir face aux pénuries de médicaments. Ces pénuries sont devenues structurelles et exercent une pression croissante sur les professionnels de santé, en particulier sur les pharmaciennes et pharmaciens. Dans sa stratégie, le Conseil fédéral propose des mesures visant à renforcer la sécurité de l'approvisionnement en produits thérapeutiques: remplacer les notices d'emballage par un code QR, utiliser des emballages qui n'ont pas été produits spécifiquement pour le marché suisse et simplifier davantage les procédures d'autorisation.