

3 Beratung bei der Abgabe von rezeptpflichtigen Arzneimitteln

🗨 Ihre Gesundheit ist uns wichtig! Wir möchten, dass Sie Ihre Medikamente kennenlernen und über die Einnahme, Wirkungsweise, Neben- und Wechselwirkungen gut informiert sind. Fragen Sie uns jederzeit, wenn Sie etwas nicht verstehen!

🗨 Ein gesundes Herz ist elastisch, damit es wirkungsvoll pumpen kann, vergleichbar mit einem Luftballon, den man aufbläst. Stellen Sie sich vor, Sie müssten eine Wärmflasche aufpumpen. So schwer dehnbar wie steifes Gummi ist ein schwaches, vergrößertes Herz. Kein Wunder, dass es nicht optimal arbeiten kann!

Es gehört zu den Aufgaben der Apotheke, den Kunden zu seinen Medikamenten fachkundig zu beraten. In der Hektik des Alltags, bei der ungeheuren Informationsfülle und den Klippen einer optimalen Gesprächsführung ist das manchmal gar nicht so leicht. Im Folgenden werden Vorschläge für eine anschauliche Beratung zu Herz-Kreislauf-Medikamenten gegeben. Zu jeder Wirkstoffgruppe finden sich einprägsame Beratungssätze zu Wirkung, Dosierung, Nebenwirkungen, Wechselwirkungen und Kontraindikationen.

Dabei sollte nicht vergessen werden, dass ein erfolgreiches Kundengespräch stets auch vom intensiven Zuhören und Interesse am Patienten und seiner Krankheit lebt. Erzählungen vom letzten Arztbesuch oder Schilderungen des Wohlbefindens helfen dem Apothekenmitarbeiter, den Patienten und seine Krankheitssituation besser zu verstehen.

3.1 Fünf Beratungsgrundsätze

Nach der Leitlinie der Bundesapothekerkammer zur Information und Beratung des Patienten werden bei der Abgabe von Arzneimitteln fünf Beratungsgrundsätze vorgeschlagen. Sie sind als fünf an den Patienten gerichtete Fragen formuliert und stellen wichtige, stets wiederkehrenden Punkte heraus, die bei der Beratung zu verschreibungspflichtigen Herz-Kreislauf-Medikamenten zu beachten sind.

Praxistipp

- Da die Körpersprache unterbewusst intensiver wahrgenommen wird als die Information des Gesagten, können Sie Ihre Beratung durch passende Gesten besonders eindringlich gestalten.
- Geben Sie auch bildhafte Vergleiche, um Sachverhalte zu erklären. Dabei können etwas Komik und Originalität dem Gespräch eine lockere, positive Stimmung verleihen!
- Die Belohnung für Ihren Einsatz wird ein dickes Lob des Kunden sein: »Das haben Sie mir jetzt aber gut erklärt!«

3.1.1 »Kennen Sie Ihre Medikamente schon?«

Hier werden folgende Sachverhalte geklärt bzw. erläutert:

- Erst- oder Wiederholungsverordnung.
- Indikation.
- Wirkung und Wirkungseintritt der Arzneimittel.
- Nutzen der Arzneimittel für den Patienten.

Erst- oder Wiederholungsverordnung

Wichtig ist, vom Kunden zu erfahren, ob er die Medikamente schon kennt oder ob sie zum ersten Mal für ihn verordnet sind. Kleine Packungsgrößen mit 20 oder 30 Tabletten weisen bei Medikamenten für Herz-Kreislauf-Erkrankungen meist auf eine Neuverordnung hin. Auch können geringe Wirkstoffstärken einen Hinweis auf eine einschleichende Dosierung geben.

Indikation

Im Falle der Herz-Kreislauf-Erkrankungen werden dieselben Wirkstoffe oft bei mehreren Indikationen eingesetzt. So ist häufig aus dem Rezept nicht eindeutig erkennbar, ob es sich um einen Patienten mit Hypertonie, koronarer Herzkrankheit oder Herzinsuffizienz handelt. Beispielsweise kann ein ACE-Hemmer plus Diuretikum in allen drei Fällen verordnet werden. Meist liegen auch mehrere Erkrankungen gleichzeitig vor. Deshalb sollte man den Patienten nach seiner Erkrankung, Diagnose oder dem Grund fragen, weshalb er die Arzneimittel einnimmt.

Wirkung und Wirkungseintritt

Man erklärt in anschaulicher Weise die pharmakologische Wirkung des Arzneimittels, damit der Kunde weiß, wofür er das Medikament nimmt.

Wichtig ist auch die Information darüber, wann das Arzneimittel zu wirken beginnt. Die Wirkung von blutdrucksenkenden Mitteln kann schon mit der ersten Tablette sehr stark sein wie bei ACE-Hemmern oder Alpha-1-Blockern. Die Neueinstellung eines Bluthochdrucks auf stabile Normalwerte dauert in der Regel zwei bis sechs Wochen. Bei den Notfallmedikamenten gibt es dem Patienten Sicherheit, wenn er weiß, wie schnell sie wirken. Die Aussicht auf Besserung der Symptome innerhalb weniger Minuten wird dem Patienten das Gefühl der Angst und Hilflosigkeit nehmen.

Nutzen der Medikamente

Im Nutzen der Medikamente sieht der Patient die Vorteile und positiven Veränderungen für seine eigene Person. Je direkter er die Wirkungen des Arzneimittels am eigenen Körper und im Alltag spüren kann, desto bereitwilliger wird er seine Medikamente einnehmen.

»Kennen Sie die Medikamente schon?«

»Nehmen Sie die Medikamente gegen...? Wissen Sie, warum der Arzt Ihnen diese Arzneimittel verschrieben hat?«

»Es dauert etwa zwei bis sechs Wochen bis Ihr Blutdruck stabil auf normale Werte eingestellt ist.«

»Nach wenigen Minuten werden Sie die Wirkung ihres Nitrosprays verspüren.«

»Sie werden wieder Spazierengehen können ohne außer Atem zu geraten. Mit gesunden Gefäßen werden Sie fit sein!«

☞ Welche Medikamente nehmen Sie zusätzlich ein? Hat Ihnen der Arzt noch andere Arzneimittel verordnet?

☞ Schmerzmittel wie ASS, Ibuprofen oder Diclofenac können den Blutdruck erhöhen. Dabei machen sich niedrige Dosierungen über wenige Tage nicht bemerkbar. Nehmen Sie aber hochdosierte Tabletten über einen Zeitraum von zwei Wochen ein, kann das den Blutdruck steigern.

☞ Nehmen Sie gleichzeitig ein Thiaziddiuretikum und Cortison-tabletten ein, muss Ihr Kaliumspiegel regelmäßig kontrolliert werden.

☞ Simvastatin darf nicht zusammen mit Tabletten gegen Pilzkrankungen oder Makrolid-Antibiotika wie Erythromycin und Clarithromycin eingenommen werden, da es hierbei zu Muskelerkrankungen kommen kann.

☞ Haben Sie eine Dosierungsanweisung vom Arzt bekommen?

3.1.2 »Nehmen Sie zusätzlich andere Arzneimittel ein?«

Hier werden Interaktionen mit verschreibungspflichtigen und freiverkäuflichen Arzneimitteln abgeklärt.

Häufig treten Wechselwirkungen zwischen folgenden Substanzgruppen auf (Auswahl):

- Andere Anihypertonika senken zusätzlich den Blutdruck, was meist zur Behandlungsstrategie gehört.
- Nichtsteroidale Antirheumatika erhöhen den Blutdruck, indem sie die Natriumretention und den peripheren Gefäßwiderstand steigern, wenn sie länger als zwei Wochen in hohen Dosierungen eingenommen werden.
- Kaliumpräparate erhöhen zusammen mit kaliumsparenden Diuretika oder ACE-Hemmern/AT₁-Blockern den Kaliumspiegel. Eine Hyperkaliämie kann auftreten.
- Betablocker dürfen nur unter strenger Kontrolle zusammen mit β_2 -Sympatomimetika gegeben werden. Die bronchienerweiternde Wirkung der β_2 -Sympatomimetika wie Salbutamol oder Formoterol wird durch Betablocker reduziert.
- ACE-Hemmer und Allopurinol provozieren bei gleichzeitiger Gabe vermehrt immunologische Reaktionen (Leukopenie, Hautreaktionen), weshalb das Blutbild regelmäßig kontrolliert werden sollte.
- Bei Schleifendiuretika/Thiaziden wird die kaliumsenkende Wirkung durch Glucocorticoide verstärkt, eine Hypokaliämie wird begünstigt.
- NO-Donatoren und Phosphodiesterasehemmer wie Sildenafil senken durch NO-Freisetzung den Blutdruck. Die gleichzeitige Gabe kann starken Blutdruckabfall und Schock auslösen und ist daher **kontraindiziert!**
- Bei der gleichzeitigen Gabe von Verapamil/Diltiazem und Betablockern muss eine strenge Überwachung erfolgen, da beide Wirkstoffgruppen kardio-depressiv wirken.
- Simvastatin ist ein Substrat von CYP3A4. Inhibitoren dieses Enzymsystems erhöhen den Simvastatinspiegel, sodass es zur lebensgefährlichen Rhabdomyolyse kommen kann. Die gleichzeitige Gabe von Simvastatin und Itracozazol, Ketoconazol, HIV-Protease-Inhibitoren, Erythromycin oder Clarithromycin ist daher **kontraindiziert!**

3.1.3 »Wissen Sie, wie Sie Ihre Medikamente einnehmen sollen?«

Hier erhält der Kunde Informationen zu folgenden Punkten:

- Dosierung der Medikamente.
- Korrekte Anwendung der Medikamente.

Dosierung der Medikamente

Die Einnahme von Medikamenten bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen erfolgt meist lebenslang. Für eine erfolgreiche Therapie ist es wichtig, dass der Patient seine Medikamente regelmäßig einnimmt.

Die Dosierungsanweisung sollte vom Rezept auf einen Notizzettel oder Aufkleber für die Packung übertragen werden. Der vom Arzt ausgestellte Einnahmeplan wird mit den verordneten und abgegebenen Medikamenten verglichen und eventuelle Unterschiede bei den Produktnamen erklärt.

Korrekte Anwendung der Medikamente

Die Darreichungsformen Sublingualtablette, Spray oder Zerbeißkapsel mit schnellwirkenden Nitraten zur Behandlung eines akuten Angina-pectoris-Anfalls sind erklärungsbedürftig.

Man kann auf eine einschleichende Dosierung mit langsamer Steigerung der Dosis über mehrere Wochen eingehen und das korrekte Teilen von Tabletten erklären.

3.1.4 »Wie vertragen Sie Ihre Arzneimittel?«

Hier sollte der Kunde Rückmeldung über die Arzneimittelwirkung geben:

- Therapieerfolge.
- Nebenwirkungen.

Therapieerfolge

Nimmt der Patient die Arzneimittel schon länger, erkundigt man sich nach den Fortschritten des Patienten. Blutdruckwerte, Anzahl der Angina-pectoris-Anfälle oder höhere Lebensqualität bei Herzinsuffizienz sind Parameter, die der Patient messen und spüren kann. Die Nebenwirkungen müssen abgefragt werden.

Die Frage nach dem nächsten Arzttermin gibt den Hinweis auf die Kontrolle der Fortschritte.

Nebenwirkungen

Häufige Nebenwirkungen von Herz-Kreislauf-Medikamenten sollten angesprochen und dem Kunden erklärt werden (Auswahl):

- Kreislaufstörungen, Schwindel, Müdigkeit und Kopfschmerzen bei Antihypertonika, vor allem in der Einstellungsphase.
- Trockener Husten bei ACE-Hemmern.
- Nitratkopfschmerz bei organischen Nitraten, vor allem zu Beginn der Therapie und bei Nichteinhalten des nitratfreien Intervalls.
- Gastronitestinal Beschwerden bei CSE-Hemmern zu Beginn der Therapie.
- Obstipation bei Calciumkanalblockern, Diuretika, Betablockern, Clonidin.
- Kalte Hände bei Betablockern.
- Potenzstörungen bei Clonidin, Betablockern, CSE-Hemmern.
- Mundtrockenheit bei starken Diuretika, Clonidin.
- Flush bei Calciumkanalblockern.

☞ Wissen Sie, wie Sie das Präparat im Notfall richtig anwenden?

☞ Wie waren Ihre Blutdruckwerte das letzte Mal? Haben Sie Ihr Nitrospray oft gebraucht? Sind die Kurzatmigkeit und Müdigkeit besser geworden?

☞ Wie vertragen Sie Ihre Medikamente? Fühlen Sie sich gut oder spüren Sie unangenehme Nebenwirkungen?

🗨 Haben Sie versucht, Ihre Ernährung umzustellen? Haben Sie ein Blutdruckmessgerät zu Hause? Der tägliche Blick auf die Waage ist bei einem schwachen Herzen sehr wichtig!

🗨 Es ist vorbildlich, wie streng Sie auf die Einnahme Ihres Fettsenkers achten! So bleiben Ihre Gefäße elastisch und transportieren das Blut optimal durch den Körper.

3.1.5 »Haben Sie die Möglichkeit, Ihre Behandlung zu unterstützen und Ihre Erfolge zu messen?«

Hier werden Hinweise zur aktiven Rolle des Patienten gegeben:

- Nichtmedikamentöse Maßnahmen.
- Kontrolle von Blutdruck, Puls und Gewicht.

Bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die Medikamente nur ein Teil der Therapie. Zwar ist es nicht immer einfach, den Patienten auf eine gesunde, maßvolle Lebensweise anzusprechen, geschweige denn ihn dafür zu begeistern, dennoch sollte man es versuchen. Die nichtmedikamentösen Maßnahmen beinhalten eine Ernährungsumstellung, Salzretention, Bewegung, Einschränkung des Alkoholkonsums, Nichtrauchen und Stressreduktion.

Man sollte den Patienten ermuntern, seinen Blutdruck, Puls und sein Gewicht regelmäßig zu überprüfen.

Praxistipp

- Versuchen Sie, den Kunden durch positive Aussagen zu motivieren!
- Die Androhung von schlimmen Folgen kann zwar sehr eindringlich sein, der Effekt der Motivation hält aber nicht lange an.
- So können Sie statt »Wenn Sie die Blutdrucktabletten nicht regelmäßig einnehmen, erhöht sich Ihr Herzinfarktrisiko deutlich!« optimistischer formulieren: »Nehmen Sie Ihre Blutdrucktabletten regelmäßig ein, um Herz und Blutgefäße wirksam zu entlasten.«

3.2 BAK-Leitlinien

In der Leitlinie der Bundesapothekerkammer zur Qualitätssicherung finden sich Arbeitsanweisungen, Kommentare und Beratungshilfen für das Apothekenpersonal.

Der Beitrag Information und Beratung des Patienten bei der Abgabe von Arzneimitteln (Erst- und Wiederholungsverordnung im Rahmen der Pharmazeutischen Betreuung) beschreibt die Vorgehensweise bei der Belieferung eines Rezepts und gibt Hilfestellung bei der damit verbundenen Beratung des Patienten. Er steht unter www.abda.de zum Download bereit.

3.3 Beratung bei der Abgabe von Diuretika

🗨 Zu der Gruppe der Diuretika gehören die Schleifendiuretika, die Thiazide und die sogenannten Kaliumsparer.

3.3.1 Wirkungsweise

Bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen kommen folgende Diuretika zum Einsatz:

- Schleifendiuretika.
- Thiazide/Thiazid-Analoga.
- Kaliumsparende Diuretika.

7 Pharmazeutische Dienstleistungen

Die Apotheke ist eine wichtige Anlaufstelle in Sachen Gesundheit. Da die Zeit des Arztes in der Sprechstunde meist knapp bemessen ist, kommt der Patient mit Fragen zu seinem Rezept, Zeitungsausschnitten oder Tipps von Bekannten in die Apotheke, um Hilfe zu suchen. Zusätzlich zur korrekten, rabattgesetzkonformen Belieferung seines Rezeptes kann die Apotheke dem Patienten zahlreiche Dienstleistungen anbieten.

Vorschläge, wie man eine intensive, serviceorientierte Betreuung leisten kann, werden im folgenden Kapitel gegeben.

7.1 Blutdruckmessung in der Apotheke

Das Zentrum für Arzneimittelinformation und Pharmazeutische Praxis (ZAPP) hat Standardarbeitsanweisungen (SOPs) für die Apotheke zum Blutdruckmessen herausgegeben. Sie sind auf der Website www.abda.de zu finden:

- SOP Blutdruckmessung in der Apotheke.
- SOP Patientenberatung bei der Blutdruckselbstmessung.

Angelehnt an diese Standardanweisungen sind hier die wichtigsten Punkte für eine korrekte Blutdruckmessung zusammengefasst.

Praxistipp

Nehmen Sie sich genug Zeit für eine korrekte Messung! Lassen Sie sich nicht durch großen Kundenandrang in der Apotheke oder eine gewisse Ungeduld des Patienten aus der Ruhe bringen! Nur ein korrekt gemessener Wert hat Aussagekraft. Ein verfälschter Wert kann den Kunden in trügerischer Sicherheit wiegen oder ihm unnötig Sorgen bereiten.

Vorbereitung der Blutdruckmessung

- Der Blutdruck wird in einem abgeschirmten, ruhigen Beratungsraum gemessen.
- Die Apotheke sollte zwei Geräte unterschiedlichen Typs zur Messung bereithalten, z. B. ein Oberarmgerät mit auskultatorischer Messmethode, dazu Manschetten in unterschiedlichen Größen, und ein Handgelenkmessgerät.

☞ Eine korrekte Blutdruckmessung folgt bestimmten Regeln, an die wir uns in der Apotheke, der Arzt in der Praxis und auch Sie zu Hause halten.

☞ Für eine Blutdruckmessung braucht man Ruhe und etwas Zeit. Da wir Ihren Ruheblutdruck messen möchten, gönnen Sie sich ein paar Minuten Pause. Nur wenn jeder Wert fehlerfrei gemessen wird, haben Sie einen verlässlichen Überblick über Ihren Blutdruck.

☞ Für eine Blutdruckmessung sollte man sich insgesamt etwa zehn Minuten Zeit nehmen, um korrekte Werte messen zu können. Legen Sie Ihre Jacke ab, nehmen Sie Platz und ruhen sich aus. Ich bin in fünf Minuten bei Ihnen!

☞ Kennen Sie Ihren optimalen »Messarm«? Wissen Sie, ob Sie Durchblutungsstörungen in einem der Arme haben? Sind Sie Links- oder Rechtshänder?

☞ Machen Sie Ihren Arm frei. Die Kleidung und der Schmuck dürfen den Arm nicht abschnüren, da sonst falsche Werte gemessen werden. Schlüpfen Sie aus dem einen Ärmel heraus, wenn er sich nicht richtig hochschieben lässt.

☞ Bitte sprechen Sie während der Messung nicht und halten Sie den Arm ruhig.

☞ Legen Sie Ihr Handgelenk auf diese erhöhte Unterlage, so dass sich das Gerät auf Herzhöhe befindet. Winkeln Sie den Arm an und halten das Handgelenk vor Ihrer Brust auf Herzhöhe.

- Die Geräte müssen eine Messtechnische Kontrolle durchlaufen haben und ein Gütesiegel besitzen.
- Die Messung kann frühestens nach einer drei- bis fünfminütigen Ruhepause beginnen. Nach großer Anstrengung sollte die Pause so lang sein, bis ein Ruheblutdruck gemessen werden kann.
- Ein geeignetes Gerät wird ausgewählt (siehe Kap. 5.2.4).
- Die Messung am Oberarm sollte für die Apotheke Standard sein, da sie weniger fehlerbehaftet ist, als die Messung am Handgelenk.
- Zuerst wird eine Vergleichsmessung am linken und rechten Oberarm durchgeführt, um Blutdruckdifferenzen zu erkennen. Treten wiederholt Unterschiede von 10 mmHg und mehr auf, wählt man den Arm für die Messung, an dem die höheren Werte gemessen wurden.
- Ergibt die vergleichende Links-Rechts-Messung größere Unterschiede von $> 20/10$ mmHg, kann dies ein Hinweis auf deutliche Gefäßveränderungen sein. Ein Arztbesuch sollte angeraten werden.
- Werden keine Unterschiede gemessen, wird der Arm gewählt, der die geringere Muskelmasse besitzt, bei Rechtshändern in der Regel der linke, bei Linkshändern der rechte Oberarm.
- Handgelenksmessungen erfolgen meist am linken Arm.
- Der Arm wird frei gemacht, enge Kleidung und Schmuck sollten abgelegt werden.

Durchführung der Blutdruckmessung

- Um den Blutdruck verlässlich zu überwachen, sollte er immer zur gleichen Tageszeit unter gleichen Bedingungen gemessen werden.
- Wird eine Bluthochdrucktherapie begonnen oder umgestellt, empfiehlt es sich, den Blutdruck morgens und abends vor Einnahme der Medikamente zu messen.
- Während der Messung darf nicht gesprochen werden. Der Arm muss ruhig gehalten werden.
- Die Manschette ist so anzulegen, dass der Manschettenrand 2,5 cm über der Ellenbeuge liegt.
- Bei der Messung nach Korotkow muss das Stethoskop genau über der Oberarmarterie platziert werden.
- Das Handgelenkgerät wird auf Herzhöhe gehalten. Eine zu niedrige Positionierung erzeugt zu hohe Werte. Zu niedrige Werte entstehen durch eine höhere Lage als Herzhöhe.
- Wird der Manschettendruck manuell abgelassen (Korotkow), sollte dies mit 2–3 mmHg pro Sekunde geschehen.

- Nach der Messung wird die Manschette vollständig entlüftet und dem Patienten abgenommen.
- Eine erneute Messung kann nach einer Minute beginnen, wenn sich die Durchblutung wieder normalisiert hat. Bei Geräten für das Handgelenk ist eine Wartezeit nicht nötig.

Umstände, die den Blutdruck beeinflussen können

- Aufregung, Freude, Angst.
- Fieber, Schmerzen.
- Genuss von koffeinhaltigen Getränken, Alkohol, Nicotin.
- Gefüllte Harnblase.

Werden ungewöhnliche Werte gemessen, sollte man zuerst nach akuten Ursachen dafür suchen.

Dokumentation der Blutdruckmessung

- Der systolische und diastolische Wert in mmHg und der Puls werden notiert, dazu Datum und Uhrzeit.
- In einem Blutdruckpass lassen sich die Blutdruckwerte in ein Kurvenblatt eintragen.
- Besondere Vorkommnisse, die den Blutdruck beeinflussen könnten, und der allgemeine Gesundheitszustand sollten festgehalten werden.

Möchte der Kunde zu Hause seinen Blutdruck überwachen, gelten die gleichen Regeln. Je genauer er das Vorgehen in der Apotheke gezeigt bekommt, desto verlässlicher werden seine gemessenen Werte sein.

Bei gut eingestelltem Blutdruck reichen, nach Absprache mit dem Arzt, zwei Tage in der Woche, an denen jeweils morgens und abends vor der Medikamenteneinnahme gemessen wird.

Der Blutdruck stellt eine variable Größe dar, die sich mit den äußeren Umständen ändern kann und muss. Werden also einmal Ausreißer gemessen, muss das noch kein Bluthochdruck bedeuten (siehe Kap. 2.1.2).

Blutdruckpässe liegen oft einem neuen Gerät bei, sind aber auch bei zahlreichen pharmazeutischen Firmen kostenlos erhältlich. Der Patient sollte ermutigt werden, diesen Pass zu führen und beim Arzt- und Apothekenbesuch mitzubringen.

Misst man erhöhte Werte in der Apotheke, bietet sich zu Dokumentationszwecken und zur weiteren Betreuung des Patienten der Informationsbogen Blutdruck-Check an. Dort werden alle Werte eingetragen und dem Patienten, je nach Höhe der Werte, ein Arztbesuch empfohlen.

Da diese Werte erhöht sind, sollten wir in ein paar Minuten noch einmal eine Messung machen. Ich nehme Ihnen die Manschette ab, wir warten ein wenig und messen dann zur Kontrolle noch einmal.

Das Gerät zeigt uns Ihre Werte an, die wir gleich in Ihren Blutdruckpass übertragen.

In dieser Zeile können Sie besondere Ereignisse eintragen. Wir notieren Ihren heutigen Besuch auf dem Friedhof. Vielleicht sind Sie deshalb etwas aufgeregt.

Waren Sie gerade beim Kaffee trinken? Coffein kann wie Nicotin den Blutdruck in die Höhe treiben. Am besten ist es, eine Stunde vor der Blutdruckmessung keinen Kaffee, keine Cola und keinen Alkohol zu trinken und nicht zu rauchen. So werden Sie unverfälschte Werte messen.

Wir haben heute die Blutdruckwerte 158/95 mmHg gemessen. Auch bei den letzten Messungen waren die Werte erhöht, wie ich Ihrem exakt geführten Blutdruckpass entnehme.

Bitte legen Sie diesen Informationsbogen zusammen mit Ihrem Blutdruckpass beim nächsten Arztbesuch vor. Ihr Arzt wird den Blutdruck nochmals überprüfen.

Die PROCAM-Studie ist eine wissenschaftlich anerkannte Studie zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen und ihren Risikofaktoren.

Mit dem PROCAM-Test können wir in wenigen Minuten Ihr persönliches Herzinfarktisiko ermitteln. Dazu beantworten Sie acht Fragen. Das Ergebnis zeigt an, wie hoch Ihr Risiko ist, in den nächsten zehn Jahren einen Herzinfarkt zu erleiden. Dieser Test sagt nicht die Zukunft voraus! Er kann aber frühzeitig Hinweise auf ein erhöhtes Herzinfarktisiko geben. So kann man schon handeln, bevor es zu spät ist! Durch Normalgewicht, gute Blutfettwerte, Nichtrauchen, normale Blutdruck- und Blutzuckerwerte tun Sie das Beste, Ihr Herzinfarktisiko zu senken.

Patienteninformationen zur Blutdruckmessung hat das ZAPP zusammengestellt. Unter www.abda.de finden sich folgende Arbeitsmittel:

- Informationsbogen Blutdruck-Check.
- Patienteninformation Blutdruckmessung am Oberarm.
- Patienteninformation Blutdruckmessung am Handgelenk.

7.2 Beratung zu speziellen Aspekten

7.2.1 Berechnung des kardiovaskulären Risikos

PROCAM-Studie

Die PROCAM-Studie (Prospektive Cardiovascular Münster Study) ist eine Beobachtungsstudie mit dem Schwerpunkt Herz- und Gefäßerkrankungen. Sie wurde 1978 am Institut für Arterioskleroseforschung an der Universität Münster von Prof. Assmann ins Leben gerufen. Der Gesundheitsstatus der mehr als 30000 teilnehmenden Personen wurde mittels einer detaillierten Untersuchung erfasst. In den folgenden dreißig Jahren wurde nun ermittelt, wie viele Personen kardiovaskuläre Ereignisse wie Herzinfarkt und Schlaganfall erlitten.

Aus diesen Untersuchungen konnten neun Faktoren ermittelt werden, die unabhängig von einander das kardiovaskuläre Risiko beeinflussen:

- Geschlecht.
- Lebensalter.
- LDL-Cholesterin.
- Rauchen.
- HDL-Cholesterin.
- Systolischer Blutdruck.
- Herzinfarkte in der Familie.
- Diabetes.
- Triglyceride.

Dabei zeigte sich, dass die Risikofaktoren eine unterschiedliche Relevanz für Herz-Kreislauf-Erkrankungen haben.

PROCAM-Test

Mit Hilfe des PROCAM-Tests kann man das kardiovaskuläre Risiko einer Person berechnen. Das Ergebnis gibt die Wahrscheinlichkeit an, mit der die Testperson in den folgenden zehn Jahren einen Herzinfarkt oder einen plötzlichen Herztod erleidet. Erkennt man frühzeitig das Erkrankungsrisiko, kann eine rechtzeitige Behandlung und risikoabhängige Prävention kardiovaskuläre Ereignisse reduzieren.

Die einzelnen Risikofaktoren sind einem ihrer Gewichtung entsprechenden Punktwert zugeordnet. Aus der Summe der Punkte ergibt sich die Wahrscheinlichkeit als Prozentangabe. Frauen nach den Wechseljahren, die keinen Diabetes

haben, teilen den errechneten Risikowert durch vier, um das endgültige Ergebnis zu erhalten.

Patienten mit Angina pectoris, erlittenem Herzinfarkt oder Schlaganfall gehören automatisch in die Hochrisikogruppe (10-Jahres-Herzinfarktrisiko über 20%). Den PROCAM-Gesundheitstest kann man als Vordruck unter www.abda.de herunterladen. Für zertifizierte Apotheken steht ein interaktiver Test unter www.assmann-stiftung.de zur Verfügung.

Beispiel zur Ermittlung des Herzinfarktrisikos

Anhand des PROCAM-Tests soll das Risiko für einen 57-jährigen Mann errechnet werden, in den nächsten zehn Jahren einen Herzinfarkt zu erleiden.

Der Mann hat eine unbehandelte mittelschwere Hypertonie, seine Blutfettwerte sind unauffällig, er ist Raucher, hat keinen Diabetes und ist nicht mit Herzinfarkt oder Schlaganfall familiär vorbelastet. Tabelle 7.1 gibt die Berechnung seines 10-Jahres-Herzinfarktrisikos an.

Tab. 7.1 Beispiel zur Ermittlung des Herzinfarktrisikos anhand des PROCAM-Tests. Assmann-Stiftung

Risikofaktoren	Angaben zu Risikofaktoren	Punkte
Alter	57 Jahre	21
LDL-Cholesterin	122 mg/dl	5
HDL-Cholesterin	50 mg/dl	5
Triglyceride	145 mg/dl	2
Rauchen	Ja	8
Systolischer Blutdruck	162 mmHg	8
Diabetes mellitus	Nein	0
Familiäre Belastung	Nein	0
Gesamtpunktzahl	–	49
10-Jahres-Herzinfarktrisiko	–	10–20 %

Beim PROCAM-Test werden Ihre Angaben zu den Risikofaktoren mit Punkten bewertet. Die Punktzahl ist umso höher, je gravierender die Risikofaktoren Ihre Herz-Kreislauf-Gesundheit bedrohen.

Mit fortschreitendem Alter steigt das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Ihre Werte für die Blutfette LDL, HDL und Triglyceride sind vorbildlich!

Die größten Feinde Ihrer Herzgesundheit sind das Rauchen und Ihr erhöhter Blutdruck.

Da Sie keinen Diabetes haben und niemand aus Ihrer Familie einen Herzinfarkt oder Schlaganfall hatte, erhöht sich Ihr Risiko dadurch nicht.

Ihre Gesamtpunktzahl 49 entspricht einem Risikowert von 10–20 %.

Der Risikowert von 10–20 % bedeutet für Sie ein mittleres Risiko, in den nächsten zehn Jahren einen Herzinfarkt zu erleiden.

Lassen Sie sich von Ihrem Arzt gründlich untersuchen und besprechen Sie mit ihm, wie Sie Ihre Herz-Kreislauf-Gesundheit verbessern können! Wenn Sie Ihren erhöhten Blutdruck und das Rauchen in den Griff bekommen, senken Sie Ihr Risiko auf ein niedriges Niveau ab.

Haben Sie schon einmal an eine Dosierhilfe gedacht, um die Einnahme Ihrer Tabletten zu vereinfachen? Sie finden bestimmt ein Modell, das Ihnen die tägliche Tabletteneinnahme erleichtert!

Es ergibt sich ein 10-Jahres-Herzinfarkttrisiko von 10–20% für den Patienten, d. h. die Wahrscheinlichkeit, dass er in den nächsten zehn Jahren einen Herzinfarkt erleidet, liegt bei 10–20%. Das entspricht einem mittleren Risiko.

Ergreift der Patient geeignete Maßnahmen, kann er das Risiko auf ein niedriges Niveau senken, z. B. durch Aufgabe des Rauchens und Senken des Blutdrucks.

Allein durch die Behandlung der Hypertonie kann das 10-Jahres-Herzinfarkttrisiko auf ein vergleichsweise niedriges Niveau von 5–10% reduziert werden. Gibt der Patient zusätzlich das Rauchen auf, wird sich, wenn auch erst nach fünf bis fünfzehn Jahren, das Herzinfarkttrisiko auf das eines Nichtraucher senken.

7.2.2 Waage

Eine Personenwaage in der Apotheke bietet die Möglichkeit, die nichtmedikamentösen Maßnahmen einer Therapie zu unterstützen. Vielleicht soll das Anfangsgewicht mit Body-Mass-Index ermittelt werden oder die Erfolge einer Ernährungsumstellung überprüft werden. Zur Ermittlung der Parameter sei auf das Kapitel 6.1.2 verwiesen. Die Standardanweisung Bestimmung von Body-Mass-Index und Körperfettverteilung (Taille-/Hüftumfangsverhältnis) gibt Empfehlungen bei der Beratung und ist unter www.abda.de zu finden.

7.2.3 Dosierhilfen

Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen müssen häufig viele verschiedene Medikamente einnehmen. Dosierhilfen können hier die Einnahme erleichtern und die Compliance verbessern.

Dosierhilfen werden in zahlreichen Ausführungen angeboten. Es gibt Dosetten für einen Tag mit Fächern für morgens, mittags, abends und zur Nacht. Vorrichtungen für eine Woche sind entweder kompakt angelegt, oder so konzipiert, dass man die Tagesdosierungen auch einzeln mitnehmen kann. Über das Internet ist eine Pillenbox mit integriertem Erinnerungssignal erhältlich. Selbst hübsche Schmuckdosen können einen Beitrag zum Erfolg der Therapie leisten. Dosetten und Tablettendosen werden gerne als Geschenk gekauft, sei es zu Weihnachten oder zum Geburtstag, und sollten im Sortiment der Apotheke nicht fehlen.

Praxistipp

Als besonderen Service kann die Apotheke auch das Befüllen der Dosetten nach dem Einnahmenplan des Patienten anbieten.

7.2.4 Teilung von Tabletten

Das Teilen von Tabletten ist im Alltag keine Seltenheit und kann verschiedene Gründe haben. Entweder ist die gefragte Stärke nicht auf dem Markt, die Dosierung soll ein- bzw. ausschleichend erfolgen oder der Patient kann die zerteilten Tabletten leichter schlucken.

Sollen die Tabletten geteilt werden, muss ein Handelspräparat ausgewählt werden, bei dem die problemlose Teilbarkeit gewährleistet ist.

Welche Tabletten sind teilbar?

Um eine einfache und sichere Anwendung zu garantieren, versehen die meisten pharmazeutischen Hersteller ihre zu teilenden Tabletten mit Bruchkerbe. In der Packungsbeilage und Fachinformation sind dazu Hinweise enthalten, Bsp. Bisoprolol-CT[®] 2,5 mg Filmtabletten sind weiße, herzförmige Filmtabletten mit Bruchrille. Die Filmtablette kann in gleiche Hälften geteilt werden. (Gebrauchsinformation Bisoprolol-CT[®] 2,5 mg).

Folgende für Herz-Kreislauf-Erkrankungen relevante Darreichungsformen sind teilbar:

- Filmtabletten, Bsp. Isoptin[®] Filmtabletten.
- Teilweise Retardtabletten (Matrix), Bsp. Isoket[®] Retardtabletten.
- Retardtabletten (Multiple Unit), Bsp. Beloc Zok[®] Retardtabletten.

Nicht teilbar sind folgende Darreichungsformen:

- Magensaftresistente Tabletten, Bsp. Aspirin[®] protect.
- Retardtabletten, Bsp. Local[®] Retardtabletten.
- Kapseln, Bsp. Isoket[®] Retardkapseln.

Ob eine weitere Zerkleinerung oder Pulverisierung der Tabletten erlaubt ist (Bsp. Sondengängigkeit), muss man im Einzelfall geklärt werden.

Technik des Teilens

Tabletten mit Bruchkerbe können mit den Fingern zerbrochen werden. Sie werden mit beiden Händen jeweils mit Daumen und Zeigefinger gehalten. Dabei zeigt die Bruchkerbe nach oben. Die Daumnägel liegen unten parallel zur Bruchkerbe an. Durch Druck der Zeigefinger nach unten außen wird die Tablette über die Nagelkante der Daumen gebrochen. Meist ist dazu nicht viel Kraft erforderlich. Bei ovalen oder oblongen Formen geht dies besonders leicht.

Ist die Bruchkerbe groß, kann man die Tablette auch mit der Bruchkerbe nach unten auf einen harten Untergrund legen und sie durch Druck mit dem Daumen von oben zerteilen.

Hat der Patient nicht genügend motorisches Geschick, kann er einen Tablettenteiler zur Hilfe nehmen. Die Tablette wird locker in den V-förmigen Steg eingelegt und der Deckel mit leichtem Druck geschlossen. Etwas Übung erfordert es, wenn bereits eine Kerbe vorhanden ist. Ob die Bruchrille der Tablette längs oder quer zum Messer des Tablettenteilers liegen sollte, müssen die besseren Ergebnisse zeigen. Nicht zu empfehlen ist die Teilung mit dem Kü-

Ich sehe aus Ihrer Dosierungsanweisung, dass Sie morgens nur eine halbe Tablette einnehmen sollen. Kommen Sie mit dem Teilen der Tabletten zurecht?

Sie dürfen Tabletten nur teilen, wenn sie dafür vorgesehen sind. Am besten suchen wir Tabletten mit Bruchkerbe unter den vielen Anbietern heraus, sodass Sie es leichter haben und die Dosierung exakt bleibt.

Nehmen Sie die Tablette mit beiden Händen jeweils zwischen Daumen und Zeigefinger. Wenn Sie jetzt beide Enden nach unten drücken, zerbricht die Tablette an der dafür vorgesehenen Stelle. Die Hälfte, die Sie noch nicht benötigen, legen sie in Ihre Pilleldose.

Dieser Tablettenteiler erleichtert Ihnen das Teilen. Ein scharfes Messerchen teilt die Hälfte der Tablette ab, die Sie gleich entnehmen können. Die andere Hälfte wird in der Kammer aufgefangan.

chenmesser, da sie ungenau ist, die Tablette zerbröseln oder eine Tablettenhälfte wegspringen kann.

Praxistipp

Gehen Sie so weit wie möglich auf Vorlieben des Patienten ein!

Teilbarkeit, Größe und Geschmack sind Eigenschaften von Tabletten, die die Einnahmetreue des Patienten unterstützen können. Notieren Sie beispielsweise in der Kundenkartei, mit welchem Anbieter der Patient am besten zurecht kommt.

🗨️ Diesen Blutdruckpass schenke ich Ihnen. Sie sollten ihn zur Dokumentation Ihrer Werte nutzen.

🗨️ Da zwei Medikamente neu für Sie sind, werden wir Ihren Einnahmeplan gemeinsam durchgehen. Ich werde Ihnen aufschreiben, welche neuen Arzneimittel die bisherigen ersetzen.

🗨️ Ich gebe Ihnen eine Broschüre zum Thema Bluthochdruck mit. Die Firma hat hier interessante Informationen zusammengestellt und gibt praktische Tipps für den Alltag. Das ist ein Service der Firma, Werbung für bestimmte Arzneimittel werden Sie darin nicht finden.

7.3 Give aways und Zusatzinfos

7.3.1 Blutdruckpass/Einnahmeplan/Medikamentenpass

Zahlreiche pharmazeutische Hersteller und Firmen von Blutdruckmessgeräten bieten kostenlose Blutdruckpässe an. Das Führen eines Blutdruckpasses fördert die Eigenverantwortung und Einnahmetreue des Patienten. Erfolge und gute Werte werden sichtbar und geben Motivation.

Vor allem bei einer Neueinstellung oder Therapieumstellung ist es für den Patienten hilfreich, den Einnahmeplan des Arztes noch einmal durchzugehen und mit den Angaben auf dem Rezept zu vergleichen:

- Stimmen die Dosierungsangaben?
- Ergeben sich andere Präparatenamen aufgrund von Rabattverträgen oder einer Wirkstoffverordnung?
- Welche Medikamente sind neu, welche fallen weg?

In einem Medikamentenpass sind alle Arzneimittel des Patienten aufgelistet. Dosierung und Einnahmeschema geben z. B. im Notfall Auskunft über den Behandlungsstatus des Patienten.

7.3.2 Broschüren

- Broschüren und Informationsmaterial zum Thema Herz-Kreislauf-Erkrankungen werden von vielen pharmazeutischen Herstellern kostenlos angeboten. Als Beispiele seien hier die Firmen CT Arzneimittel, Hexal, ratiopharm und Pfizer genannt.
- Oft informieren die Anbieter auch in der Gebrauchsinformation ihrer Präparate auf patientengerechte Weise über Krankheitsbilder und die Arzneimittelwirkung, Bsp. Isoket® von Schwarz Pharma.
- Das Kompetenznetz Herzinsuffizienz gibt Patientenratgeber heraus.

- Patientenleitlinien, die sich direkt an Betroffene wenden, werden zu den Leitlinien zur Behandlung der arteriellen Hypertonie, der Nationalen Versorgungsleitlinie Chronische KHK und der Nationalen Versorgungsleitlinie Chronische Herzinsuffizienz herausgegeben.
- Mitgliedszeitschriften bieten für die Patienten detaillierte Information zu Hypertonie und Herzerkrankungen:
 - Druckpunkt – Das Magazin für Prävention und Behandlung des Bluthochdrucks und seiner Folgen, Deutsche Hochdruckliga
 - Herz heute, Deutsche Herzstiftung e. V.

 Die Deutsche Hochdruckliga und die Deutsche Herzstiftung geben Mitgliedszeitschriften heraus. Dort finden Sie ausführliche Informationen über Krankheitsbilder und Therapien neben Erfahrungsberichten von Patienten und vielfältigen Kontaktadressen.