

Richtige Lagerung von Arzneimitteln

Das Badezimmer eignet sich nicht

In den meisten Haushalten ist der Platz für Medikamente im Badezimmer, aber gerade da sollte er nicht sein, erläutert Ursula Funke, Präsidentin der Landesapothekerkammer Hessen. Im Badezimmer ist es warm und feucht, aber Arzneimittel sollten trocken und kühl gelagert werden oder zumindest bei Raumtemperatur. Sie sollen vor Licht geschützt, also in einem Schrank aufbewahrt werden. Der Schrankinhalt darf für Kinder nicht zugänglich sein.

Bad oder Küche sind nicht geeignet

Das gute alte Arzneimittelschränkchen im Bad hat ausgedient, denn wo es feucht-warm ist wie in Küche oder Bad nehmen Medikamente leicht Schaden. Räume mit konstanter Temperatur, Schlafzimmer oder Flur etwa, sind eine gute Wahl für die Hausapotheke. Es macht auch Sinn, den Medizinschrank dort zu platzieren, wo auch Lebensmittel gelagert werden: in einer kühlen Ecke der Speisekammer oder im Keller. Sind Kinder im Haushalt oder kommen häufiger zu Besuch, wird am besten ein abschließbares Schränkchen angebracht oder als Alternative ein Arzneikoffer angeschafft, der sich verriegeln und in den oberen Schrankfächern verstauen lässt.

Die Lagerung wirkt sich auf die Haltbarkeit aus

Arzneimittel, die für die Lagerung bei Raumtemperatur geeignet sind, werden bei Temperaturen zwischen 15 und 25 Grad auf die Haltbarkeit getestet. Daraus ergibt sich das auf der Packung angegebene Mindesthaltbarkeitsdatum. Wenn man im Winter die Heizung im Badezimmer so richtig schön aufdreht und dann heiß badet, steigt die Temperatur schnell auf über 25 Grad. Außerdem wird die Luft für die Lagerung von Medikamenten zu feucht. In Wohnräumen kann es bei Sonneneinstrahlung besonders im Sommer auch über 25 Grad warm werden.

Brausetabletten sind empfindlich

Den Wirkstoff [ASS](#) gegen Schmerzen gibt es auch als Brausetabletten. Bei zu warmer Lagerung blähen sie in der Folie auf und es kommt zu Zersetzung und Gasentwicklung. Man kann dies sofort riechen, wenn man eine [ASS](#)-Brausetablette aus dem [Blister](#) drückt. Riecht sie nach Essig, hat eine Zersetzung stattgefunden. Sie sollte dann nicht mehr eingenommen werden.

Lichtempfindliche Arzneimittel in der Verpackung belassen

Einige Arzneimittel sind lichtempfindlich. Die Originalverpackung bietet einen Lichtschutz, und zwar zum einen die direkte Verpackung wie lichtundurchlässige [Blister](#) oder braun getönte Glasfläschchen und zum anderen die Umverpackung, also die Faltschachtel. Beispiele hierfür wären die Blutdrucksenker Amlodipin und Nitrendipin, das entwässernde Medikament Furosemid sowie das Herzmedikament Nifedipin.

Besondere Vorsicht bei der Wochendosette

Dosierhilfen für eine ganze Woche sind beliebt, wenn Patienten viele Medikamente einnehmen müssen. Einige Darreichungsformen eignen sich dafür leider nicht. Bei Brausetabletten, Schmelztabletten oder Weichgelatinekapselformen kann schon ein kurzer Kontakt mit der Luftfeuchtigkeit die Stabilität negativ beeinflussen. Zu den Arzneistoffen, die Luftfeuchtigkeit binden, gehören der Cholesterinsenker Fluvastatin und das [Antikonvulsivum](#) Natriumvalproat zur Behandlung bei Epilepsie. Auch einfache Tabletten ohne Überzug können problematisch sein, da sie in Kontakt mit anderen Medikamenten im Fach oder durch das Fach selbst zu Abrieb führen können. Diese problematischen Arzneistoffe sollten erst kurz vor der Einnahme der Verpackung entnommen werden. Entsprechende Hinweise auf der Packungsbeilage wie ‚lichtgeschützt aufbewahren‘ oder ‚vor Feuchtigkeit schützen‘ sollten ernst genommen werden – Tabletten bleiben dann bis zur Einnahme im Blister und dieser im Umkarton.

Schachtel mit mehrfachem Nutzen

Die Umverpackung dient übrigens für alle Medikamente als wichtiger Lichtschutz, sie sollte nicht weggeworfen werden. Wer auf der Packung außerdem vermerkt, wofür er ein Präparat benötigt, wann es genommen werden soll und wann es geöffnet wurde, verschafft sich auch auf längere Zeit einen Überblick.

Auch unterwegs gut vorbereitet

Der Transport und die richtige Aufbewahrung von Medikamenten auf Reisen ist zwar anspruchsvoller, aber mit ein paar Tricks eine gut lösbare Aufgabe. Wer in südliche Gefilde reist, sollte sicherstellen, dass die notwendigen Arzneien weder Hitze noch Feuchtigkeit ausgesetzt werden. Für die richtige Temperatur sorgen in der Apotheke erhältliche Isoliertaschen. Sie sind in diversen Größen zu haben und können zusätzlich mit einem Kühlelement ausgerüstet werden. Am Urlaubsort angekommen, ist die Minibar im Hotelzimmer der richtige Aufbewahrungsort. Im Zweifelsfall sollten sich Urlauber vorweg mit dem Hotel abstimmen.

Der Landesapothekerkammer Hessen gehören rund 6500 Apothekerinnen und Apotheker an. Der Heilberuf des Apothekers unterliegt einem gesetzlichen Auftrag. Zu den Aufgaben der Landesapothekerkammer gehören die Förderung der Fort- und Weiterbildung und die Überwachung der Einhaltung der Berufspflichten durch ihre Mitglieder.

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“