

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Band:** 89 (2018)  
**Heft:** 3: Medikamente : wie die Sicherheit in Pflegeheimen verbessert werden kann  
  
**Vorwort:** Liebe Leserin, lieber Leser  
**Autor:** Seifert, Elisabeth

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

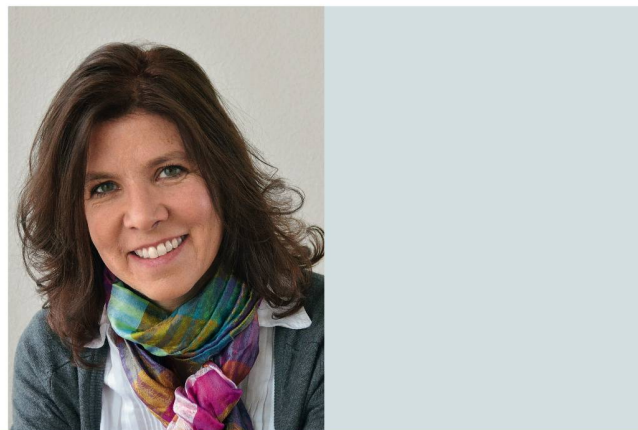
### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 06.10.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

«Sich selbst Zeit zu nehmen  
und anderen Zeit zu schenken,  
ist ein wirkungsvolles  
Medikament.»



Elisabeth Seifert  
Chefredaktorin

## Liebe Leserin, lieber Leser

Auch mich hat in den eiskalten Tagen Ende Februar eine fiebrige Erkältung gepackt. Und für einmal habe ich einen lange gehegten Vorsatz in die Tat umgesetzt: Ausser auf die Inhalationstropfen habe ich auf jegliche Medikamente verzichtet. Stattdessen habe ich Tee getrunken, mich unter die Bettdecke verkrochen – und mir Zeit gegeben, bis ich wieder gesund war. Das ging rascher als erwartet.

Ein Medikament für diese Unpässlichkeit, ein Medikament für jenes Problem – und schneller als uns lieb ist, gehört eine ganze Reihe der kleinen Helfer zum Alltag.

Sind sie aber wirklich nötig? Und: Kann es sein, dass sie anders wirken als erhofft – weil sie sich in ihrer Wirkung gegenseitig hemmen oder potenzieren? Würde nicht manchmal einfach etwas Zeit und Entspannung genügen, die Gesundheit zu verbessern?

Verstehen Sie mich nicht falsch: Natürlich gibt es gesundheitliche Probleme, die ohne Medikamente nicht zu bewältigen sind. Das trifft auf uns Jüngere und erst recht auf die Generation über 65 Jahre zu. Betagte Menschen leiden oft unter verschiedenen, auch chronischen Krankheiten, für deren Stabilisierung eine medikamentöse Therapie nötig ist.

Damit aber steigt oft die Anzahl der Medikamente, die ältere Menschen täglich einnehmen. Eine Studie des Krankenversicherers Helsana hat berechnet, dass über 65-Jährige in der Schweiz im Durchschnitt etwas mehr als fünf Medikamente einnehmen. Bei Bewohnerinnen und Bewohnern von Pflegeheimen sind es gar über neun Arzneimittel pro Tag.

Das ist alles andere als unproblematisch: Forschungen zeigen, dass bei der Einnahme von mehr als fünf Medikamenten pro Tag das Risiko von Nebenwirkungen steigt (siehe Seite 6).

Das muss zu denken geben. Statt den Betroffenen mehr Lebensqualität zu ermöglichen, kann die medikamentöse Therapie sie krank machen. Mit der Unterstützung des Bundes hat die Stiftung Patientensicherheit Schweiz deshalb ein nationa-

les Projekt lanciert, um die Pflegeheime für dieses Problem zu sensibilisieren. Dabei werden praktische Empfehlungen erarbeitet, wie Pflegende gemeinsam mit Ärzten und Apothekern darauf hinwirken können, dass die Zahl der Medikamente reduziert wird. Längst nicht jedes Medikament ist wirklich nötig und geeignet für die betreffende Person.

In dieser Ausgabe der Fachzeitschrift erläutern die Autorinnen der Studie erstmals die Ergebnisse einer Umfrage, die sie bei Pflegeheimen in der Schweiz durchgeführt haben – und zeigen auf, in welche Richtung die Empfehlungen gehen werden (Seite 12).

Nicht nur in diesem Beitrag wird deutlich, wie wichtig der eingangs erwähnte Faktor Zeit ist. Es braucht Zeit, um die Medikationslisten gemeinsam mit den Bewohnerinnen und Bewohnern zu überprüfen oder interdisziplinäre Arbeitsgruppen zu bilden. Zudem braucht es Zeit und viel Fachwissen, um Bewohnerinnen und Bewohner zu beruhigen, ohne sie mit Psychopharmaka ruhigzustellen. Lesen Sie dazu die Reportage aus dem Pflegeheim Vex im Kanton Wallis. Dank spezifischer psycho-geriatrischer Methoden haben es die Verantwortlichen geschafft, innerhalb von nur eineinhalb Jahren die Anzahl an Medikamenten drastisch zu reduzieren (Seite 34).

Sich selbst Zeit zu nehmen und anderen Zeit zu schenken, ist eines der wirkungsvollsten Medikamente. Die gute Nachricht für all jene, die jetzt einwerfen werden, dass Zeit ein bedeutender Kostenfaktor ist: Zeit hilft, Medikamentenkosten zu sparen – und teure Spitaleinweisungen aufgrund von Nebenwirkungen zu verhindern. Es lohnt sich also. ●