

Schmerzmittel richtig dosieren

Rezeptfreie Schmerzmittel sind für die Behandlung akuter Schmerzen vorgesehen. Damit das jeweilige Schmerzmittel effektiv wirken kann, ist es wichtig, es richtig anzuwenden. Die Dosierung ist dabei ganz wesentlich: sie sollte weder zu gering noch zu hoch sein und die vorgegebenen zeitlichen Abstände zwischen den einzelnen Einnahmen sollten eingehalten werden.



Während die Risiken einer Überdosierung allgemein bekannt sind, ist vielen Menschen nicht bewusst, dass auch eine zu geringe und damit ineffiziente Dosierung negative Folgen haben kann. Diese Folgen können sein,

- dass keine zufriedenstellende Schmerzlinderung erfolgt und deswegen zu schnell die nächste Dosis eingenommen wird
- dass das Medikament über einen zu langen Zeitraum eingenommen wird
- dass die Schmerzen chronisch werden

Generell sollten Patienten daher immer die dem jeweiligen Präparat beigelegte Packungsbeilage lesen und befolgen, um die optimale Wirkung zu erzielen und unerwünschten Nebenwirkungen vorzubeugen. Sie enthält wichtige Informationen darüber, für wen das jeweilige Medikament geeignet ist, sowie zusätzliche Angaben zur richtigen Dosierung und weitere Sicherheitshinweise. Gehen akute Schmerzen trotz der Einnahme von Schmerzmitteln nicht zurück, sollten Betroffene einen Arzt aufsuchen, um mögliche Ursachen abzuklären und eine gezielte Therapie einzuleiten.

Die wichtigsten Punkte zu Dosierung und Einnahme der gängigsten rezeptfreien Schmerzmittel haben wir hier für Sie zusammengefasst.

Allgemeine Hinweise zur Einnahme

- Rezeptfreie Schmerzmittel sollten maximal drei bis vier Tage in Folge und nicht häufiger als zehn Tage im Monat eingenommen werden.
- Arzneimittel sollten prinzipiell mit Wasser eingenommen werden, möglich sind auch Früchte- oder Kräutertee.
- Ein besonders schneller Wirkungseintritt kann erzielt werden, indem Arzneimittel auf nüchternen Magen eingenommen werden, was aber nicht jeder verträgt. Bei empfindlichem Magen ist die Einnahme von Medikamenten mit oder nach einer Mahlzeit zu empfehlen: Die Wirkung von Schmerzmitteln wird dadurch zwar verzögert, aber nicht beeinträchtigt.
- Besonders Alkohol ist in Kombination mit Medikamenten unbedingt zu vermeiden, da es in vielen Fällen zu erheblichen Wechselwirkungen kommen kann.



Wirkstoff	Geeignet bei	Einzel-dosis	Wirkeintritt nach	Max. Tagesdosis	Intervall Einzeldosen
Acetylsalicylsäure (ASS)	leichten bis mäßig starken Schmerzen – z. B. Kopfschmerzen und Erkältungsbeschwerden	500-1.000 mg	10 min.	3.000 mg max. 3 Tage in Folge	mind. 4 Stunden höchstens 3 x täglich
Diclofenac	leichten bis mäßig starken Schmerzen und Entzündungen – z. B. Rücken- und Gelenkschmerzen, Verstauchungen, Prellungen und Zerrungen	25 mg	15-20 min.	75 mg max. 4 Tage in Folge	mind. 4 Stunden höchstens 3 x täglich
Ibuprofen	leichten bis mäßig starken Schmerzen – z. B. Kopfschmerzen und Migräne (hier Lysin- Formulierung!), Menstruationsschmerzen, Sportverletzungen – und Fieber	200-400 mg	45 min.	1.200 mg max. 4 Tage in Folge	mind. 6 Stunden höchstens 3 x täglich
Ibuprofen-Lysin		684 mg (= 400 mg Ibuprofen)	15 min.	2.052 mg (= 1.200 mg Ibuprofen) max. 4 Tage in Folge	mind. 6 Stunden höchstens 3 x täglich
Naproxen	leichten bis mäßig starken Schmerzen – vor allem Zahnschmerzen, Regelschmerzen – und bekannter Arthrose	220-440 mg	45 min.	660 mg max. 4 Tage in Folge	mind. 4 Stunden höchstens 3 x täglich
Naratriptan	Migräne	2,5 mg	60 min.	5 mg max. 1 Tag	mind. 4 Stunden höchstens 2 x täglich
Paracetamol	leichten bis mäßig starken Schmerzen – vor allem Kopfschmerzen – und Fieber	500-1.000 mg	15-30 min.	4.000 mg max. 5 Tage in Folge	mind. 6 Stunden

Alle Angaben beziehen sich auf die Anwendung von Tabletten als Darreichungsform bei Erwachsenen (ab 18 Jahre).

Werden die Intervalle zwischen den Einzeldosen nicht eingehalten, kann es zu einer Überdosierung kommen, da die vorherige Dosis noch nicht ausreichend abgebaut ist.

ratiopharm

Gute Preise. Gute Besserung.