EPILEPSIE

UND THERAPIETREUE





HÄTTEN SIE DAS GEDACHT?

Untersuchungen zufolge nehmen bis zu 50% aller Epilepsie-Patienten Ihre Medikamente nicht regelmäßig ein.

Die Gründe dafür sind sehr unterschiedlich und reichen vom einfachen Vergessen der Einnahme, bis hin zum bewussten Auslassen.



HAND AUFS HERZ

- → Haben Sie schon mal Ihre Medikamenteneinnahme vergessen?
- Fällt es Ihnen schwer, sich daran zu erinnern, Ihre Medikamente einzunehmen?
- → Lassen Sie auch mal Ihre Medikamente weg, wenn Sie sich gesund fühlen?
- → Lassen Sie manchmal Ihre Medikamente weg, wenn diese Ihr Wohlbefinden verschlechtern?

Wenn Sie bereits eine der Fragen mit "Ja" beantwortet haben, sollten Sie darüber mit Ihrem Arzt sprechen, um den Erfolg Ihrer Therapie nicht zu gefährden. Die regelmäßige Einnahme Ihrer Medikamente ist die Grundlage für eine erfolgreiche Epilepsie-Therapie. Warum dies für die Therapie von Krampfanfällen so wichtig ist und welche Tipps und Tricks es gibt, die Tabletteneinnahme nicht zu vergessen, möchten wir Ihnen in dieser Broschüre darstellen.

WARUM IST EINE REGELMÄSSIGE TABLETTENEINNAHME WICHTIG?

Um diese Frage beantworten zu können, muss man zunächst ein paar Grundlagen der Hirnfunktionen verstehen: An der Verarbeitung von Informationen im Gehirn sind Botenstoffe (Neurotransmitter) beteiligt. Sie sorgen dafür, dass Informationen von einer Nervenzelle zur anderen weitergegeben werden. Im Gehirn gibt es verschiedene Arten von Neurotransmittern, die sich alle in einem Gleichgewicht zueinander befinden. Wird dieses Gleichgewicht gestört, reagieren die Nervenzellen mit einer gesteigerten Erregbarkeit und es kann (z.B. durch eine Entzündung), zu einem epileptischen Anfall kommen.

Fast alle Antiepileptika wirken derart, dass sie dieses Gleichgewicht möglichst aufrechterhalten, bzw. wiederherstellen. Dies ist allerdings nur möglich, solange eine bestimmte Menge des Medikaments im Blut vorhanden ist. Sinkt der Medikamentenspiegel im Blut unter eine bestimmte Schwelle, die für jeden Patienten individuell ist, wirkt das Medikament nicht. Daher ist es unbedingt notwendig, den Medikamentenspiegel dauerhaft auf einem bestimmten Niveau zu halten, was nur durch eine regelmäßige Einnahme gewährleistet werden kann.



MÜSSEN MEDIKAMENTE IMMER UND EIN LEBEN LANG EINGENOMMEN WERDEN?

Viele Patienten werden durch die Medikamenteneinnahme anfallsfrei. Bei meist guter Verträglichkeit und jahrelanger Anfallsfreiheit fällt es dann oft schwer, jeden Tag an die Einnahme der Tabletten zu denken. Schließlich geht es einem ja "gut". Trotzdem ist es notwendig, die Medikamente regelmäßig einzunehmen, um den notwendigen Medikamentenspiegel weiter aufrechtzuerhalten und die Anfallsfreiheit oder eine niedrige Anfallsfrequenz zu sichern.

Unter bestimmten Umständen kann es möglich sein, die Medikamente abzusetzen. Dies sollte immer gemeinsam mit dem Arzt besprochen und entschieden werden. **In keinem Fall** sollten Sie selber Ihre Medikamente absetzen.

Unabhängig davon ist es auch im Verlauf der Therapie sehr wichtig, dass Sie im Gespräch mit Ihrem Arzt bleiben und aufkommende Fragen und Bedenken mit ihm offen besprechen.



WAS KANN BEI UNREGELMÄSSIGER EINNAHME PASSIEREN?

Wenn Sie Ihre Medikamente nur unregelmäßig einnehmen, kann es im schlimmsten Fall dazu kommen, dass erneut Anfälle auftreten oder sich die Anfallssituation verschlechtert. Dies kann z. B. dazu führen, dass Sie Ihre Fahrerlaubnis verlieren, sofern Sie zuvor länger anfallsfrei gewesen sind. Auch die Gefahr eines Status epilepticus erhöht sich, wenn die Einnahme nicht regelmäßig erfolgt.

Eine eigenmächtige Änderung der Einnahmezeitpunkte oder die Einnahme mit bestimmten Nahrungsmitteln kann Ihren Therapieerfolg ebenfalls gefährden. Manche Medikamente können z. B. nur bei Einnahme in Verbindung mit einer Mahlzeit richtig wirken. Wieder andere Medikamente dürfen nicht zusammen mit bestimmten Nahrungsmitteln, wie z. B. Grapefruitsaft, eingenommen werden. Auch einige (rezeptfreie) Medikamente (z. B. Johanniskraut) können dafür sorgen, dass der Spiegel ihres Medikamentes im Blut absinkt.



MEDIKAMENTE AUCH WÄHREND DER SCHWANGERSCHAFT?

Viele Patientinnen haben Bedenken, während der Schwangerschaft Medikamente einzunehmen. Im Idealfall sollten daher bereits vor der Schwangerschaft gemeinsam mit dem behandelnden Arzt die weitere Therapie geplant und alle Risiken, die durch das Medikament eventuell bestehen, abgewogen werden. Unter Umständen besteht die Möglichkeit, die Dosis zu reduzieren oder auf ein anderes Medikament zu wechseln. In seltenen Fällen ist es möglich, das Medikament abzusetzen.

Eine weitere Alternative kann sein, auf ein anderes, besser verträgliches Präparat zu wechseln. Tritt eine ungeplante Schwangerschaft ein, sollte der behandelnde Arzt möglichst schnell aufgesucht und mit ihm gemeinsam besprochen werden, wie mit der Medikation weiter zu verfahren ist. Auf gar keinen Fall sollte das Medikament eigenmächtig abgesetzt werden. Das abrupte Absetzen kann Anfälle hervorrufen, die dem ungeborenen Kind sehr schaden können (siehe dazu auch die DESITIN-Broschüre "Epilepsie und Schwangerschaft").

WAS KANN ICH AKTIV TUN?

Für Sie als Patient ist es wichtig, gut über Ihre Erkrankung und die Behandlung Bescheid zu wissen. Erster Ansprechpartner sollte immer Ihr behandelnder Arzt sein. Klären Sie mit Ihm Fragen, die Sie beschäftigen. Dies kann zum Beispiel sein:

- → Wie wirkt das Medikament?
- Muss ich mit Nebenwirkungen rechnen?
- → Was ist zu tun, wenn ich eine Einnahme vergessen habe?
- → Gibt es Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten?
- → Muss ich bestimmte Nahrungsmittel meiden?
- → Wann und wie genau muss ich das Medikament einnehmen?
- → Als Frau: Muss ich etwas beachten, wenn ich schwanger werden möchte?

Vielerorts werden Schulungen rund um das Leben mit Epilepsie angeboten. Diese Schulung soll Sie dabei unterstützen, Ihre Krankheit und die Therapie besser zu verstehen und Ihnen helfen, Ihr Leben so uneingeschränkt wie möglich leben zu können.

Weitere Informationen dazu bekommen Sie über Ihren Arzt oder hier:

- MOSES Geschäftsstelle
- Frau Bettina Hahn
- Rußheider Weg 3, 33604 Bielefeld
- **(**0521) 27 00 127
- (0521) 27 04 800

Viele Menschen vergessen aber auch einfach, ihre Medikamente regelmäßig einzunehmen. Damit dies nicht geschieht, gibt es ein paar einfache Tipps und Tricks:

- Platzieren Sie Ihre Medikamente da, wo Sie sie sehen (auf dem Nachttisch, im Badezimmer, auf dem Esstisch).
- ✓ Nutzen Sie (wenn möglich) Tablettendosetten. So behalten Sie den Überblick darüber, ob Sie die Tagesdosis schon genommen haben.
- ☑ Nutzen Sie Ihre elektronischen Geräte zum Erinnern (Handy, Uhr mit Wecker-Funktion).
- ☑ Tragen Sie sich Ihre Tabletteneinnahme im Kalender ein.
- 🗹 Bitten Sie Ihren Partner oder Verwandte, Sie an die Tabletteneinnahme zu erinnern.
- Tragen Sie sich im Kalender oder in Ihrem Handy ein, wann Sie das nächste Rezept abholen müssen.

Bei einer regelmäßigen Einnahme Ihrer Medikamente wird es Ihnen wie vielen anderen Patienten mit Epilepsie möglich sein, ein normales Leben zu führen.

i Sofern Sie eine **Nebenwirkung / mangelnde Wirksamkeit** festgestellt haben, besprechen Sie dies mit Ihrem Arzt. Bekannt gewordene Nebenwirkungen / mangelnde Wirksamkeit sind gemäß der **gesetzlichen Vorgaben** an die zuständigen Stellen zu berichten.

10



DESITIN ARZNEIMITTEL GMBH

- Weg beim Jäger 214, 22335 Hamburg
- **C** 040 / 59101-0
- 040/59101-400
- % www.desitin.de
- □ epi-info@desitin.de