

Im Alter nehmen „Risiken und Nebenwirkungen“ zu

Gerontologen fordern eine bessere Medikamentenversorgung älterer Menschen - Therapie oft nicht hinreichend abgestimmt

Tabletten machen im Alter oft mehr Probleme als bei jungen Menschen. Es kommt häufiger zu Wechsel- und Nebenwirkungen und hinzu kommt, daß älteren Menschen zu oft und zu viele Medikamente verordnet werden, ohne daß eine klinische Notwendigkeit besteht. Einer unter der Koordination von Dr. Anne Spinewine von der Universität Louvain in Brüssel vorgelegten Studie zufolge erhielt ein Fünftel aller zu Hause versorgten älteren Patienten zumindest ein unpassendes Medikament verschrieben.

Experten fordern daher eine stärkere Sensibilität bei Ärzten und Patienten für diese Situation. Im Alter nimmt die Häufigkeit von Erkrankungen zu und



Ältere Menschen werden oft zu viele Medikamente verordnet, so das Ergebnis einer Studie. Experten fordern daher mehr Umsicht bei der Medikamentenverordnung für ältere Menschen und eine verbesserte Kontrolle der Nebenwirkungen.

viele ältere Menschen leiden außerdem gleichzeitig an mehreren Erkrankungen, der Fachmann spricht von Multimorbidität. Deshalb nehmen ältere Menschen statistisch gesehen mehr Medikamente ein als jüngere Menschen. Im Alter reagiert der Körper jedoch anders auf Medikamente, es kommt häufiger zu Neben- und Wechselwirkungen.

Mehr als 60 Prozent der über 60-jährigen Menschen nehmen Medikamente in Form einer regelmäßigen, lang andauernden Therapie ein. Häufig werden täglich mehrere verschiedene Medikamente eingenommen, gelegentlich sogar solche, um Nebenwirkungen anderer Medikamente zu verhindern oder zu lindern.

Nebenwirkungen addieren sich

Nehmen ältere Menschen mehrere Medikamente ein, so können sich auch deren Nebenwirkungen addieren. Es ist auch möglich, daß es zu Wechselwirkungen zwischen den einzelnen Substanzen kommt. Deshalb sollte ein Patient seinem Arzt im Beratungsgespräch immer alle Medikamente, egal ob verschreibungspflichtig oder frei verkäuflich, angeben. Dazu gehören auch Naturheilmittel, Nahrungsergänzungsmittel und so genannte „Stärkungsmittel“.

Zwei Drittel aller berichteten Nebenwirkungen betreffen Menschen, die älter als 60 Jahre sind. Diese äußern sich in niedrigem Blutdruck, Kreislaufproblemen, langsamerem und unregelmäßigem Herzschlag und Verwirrheitszuständen, einer Verringerung der geistigen Leistungsfähigkeit, der Abnahme der Nierenfunktion, in Stürzen und Bewegungsstörungen, einem trockenen Mund sowie Verstopfung. Sie sind vom Arzt nicht selten als Ne-

benwirkung schwierig auszumachen, da sie auch im Rahmen von Krankheiten auftreten oder ganz allgemein auch eine Folge von Alterungsvorgängen sein können.

Die Wirksamkeit jedes Medikaments hängt von dessen so genannter Pharmakokinetik ab. Mit diesem Begriff beschreiben die Fachleute die Dauer der Aufnahme, die Verteilung und Wirkung im Körper und den Abbau eines Wirkstoffes. Doch auch dieser Vorgang verändert sich im Alter, weil sich dabei auch der Stoffwechsel verändert.

In höherem Alter kommt es zu einer anderen Verteilung verschiedener Arzneimittel im Körper. Diese ist darauf zurückzuführen, daß mit zunehmendem Lebensalter die Muskelmasse ab und das Fettgewebe im Verhältnis zunimmt. Der Anteil des Körperwassers ist beim alten Menschen niedriger, als bei jüngeren Menschen. So liegt etwa der gesamte Wassergehalt im Körper eines Säuglings bei etwa 75 Prozent, bei einer sehr alten Frau bei rund 46 Prozent. Weil Frauen mehr Fettgewebe besitzen als Männer, ist ihr Wassergehalt niedriger.

Medikamente sind entweder wasserlöslich (hydrophil), oder fettlöslich (lipophil).

Durch die Umstrukturierung des Körpers kommt es zu einer anderen Verteilung der Medikamente im Körper. Das heißt konkret, daß diese sowohl schwächer, als auch stärker wirksam sein können, je nachdem ob sie fettlöslich oder wasserlöslich sind. Andere Medikamente wiederum sind darauf angewiesen, daß sie im Blut an einen Eiweißstoff gebunden werden.

Dadurch verzögert sich ihre Wirkung. Im Alter kommt es aber zu einer Verminderung der Eiweiße im Blut. Werden viele Medikamente gleichzeitig eingenommen, sind weniger dieser Medikamente an Eiweiße gebunden und die Wirkung des Medikamentes verändert sich.

Bei Herzschwäche kommt es zu einer Verringerung der Medikamentenausscheidung durch die eingeschränkte Durchblutung der verschiedenen Gewebe. Auch die Abnahme der Nieren- und Leberleistung führt zu einer verringerten Medikamentenausscheidung. Eine verstärkte oder verlängerte Wirkung des Medikamentes im Körper ist die Folge.

Wirksamkeit verändert sich

Bei einigen Medikamenten kann sich auch die Wirksamkeit ändern. Vermutungen gehen dahin, daß sich im Gehirn das Zusammenwirken bestimmter Rezeptoren ändert. Dies scheint bei Beruhigungsmitteln zuzutreffen. Hier kommt es durchaus vor, daß Beruhigungs- oder Schlafmittel nicht zum Einschlafen führen, sondern wie ein Aufputzmittel wirken. Andererseits

kann es sein, daß eine Tasse Kaffee das Einschlafen erleichtert.

Auch die Reaktion des Körpers auf Nebenwirkungen kann sich verändern. So ist bei der Nebenwirkung Blutdruckabfall im höheren Alter der Körper nicht mehr so gut in der Lage, den Kreislauf selbständig auszugleichen, mit der Fol-

ge, daß Schwindel und Kreislaufprobleme häufiger auftreten können.

Nebenwirkungen können auch dadurch auftreten, daß die Medikamente nicht vorschriftsmäßig eingenommen werden können. Häufig wird die Medikamenteneinnahme vergessen, werden Medikamente verwechselt. Nicht selten gibt es Einnahmeprobleme durch Sehstörungen oder komplizierte Dosierungsanweisungen.

Dr. Wolfgang Mühlberg, Oberarzt in der Klinik für Geriatrie der Universität Erlangen-Nürnberg, bemängelt, daß viele Arzneimittel auf Studien basieren, die mit Patienten vor dem 65. Lebens-

jahr durchgeführt worden sind. Der Geriater gilt bundesweit als Spezialist in der Erforschung unerwünschter Arzneimittelwirkungen und Vergiftungen im Alter.

Angesichts seiner jahrzehntelangen Erfahrung empfiehlt Mühlberg eine behutsamere Pharmakotherapie im Alter. Medikamente sollten generell niedriger dosiert sein, die Dosis sollte langsamer gesteigert werden. Mühlberg appelliert an Politik, Berufsverbände und Hersteller, „sich dringend des Themas anzunehmen und nach Möglichkeiten für eine altersgerechte Medikamentenbehandlung zu suchen“.

Experten fordern ...

... eine wohlüberlegte Verordnung von Seiten des Arztes. Besonders bei länger andauernden Therapien sollte immer wieder die Notwendigkeit der Gabe von Medikamenten hinterfragt werden. Die Dosis sollte regelmäßig überprüft und

gegebenenfalls angepaßt werden. Das gilt besonders für Medikamente mit verzögerter Ausscheidung. Hier sollte regelmäßig der Blutspiegel der Medikamente überprüft werden.

- ... eine möglichst geringe Medikamentenanzahl. Dies gelingt unter Umständen durch die Verwendung von Medikamentenkombinationen, die mehrere Wirkstoffe enthalten.
- ... die nur einmal täglich notwendige Einnahme, beispielsweise durch Verwendung langer wirksamer Substanzen, so genannter Retard-Präparate.
- ... die Berücksichtigung möglicher Neben- und Wechselwirkungen.

Älteren Menschen werden oft zu viele Medikamente verordnet, so das Ergebnis einer Studie.

Experten fordern daher mehr Umsicht bei der Medikamentenverordnung für ältere Menschen und eine verbesserte Kontrolle der Nebenwirkungen.