
Vorsicht bei Erkältungsmedikamenten

Kombi-Präparate nicht immer geeignet

Immer noch sind zahlreiche Menschen in der Region von Atemwegsinfekten geplagt und krankgeschrieben. Viele greifen dann gerne zu Grippostad C, Aspirin Complex, WickMediNait & Co. – sogenannte Kombipräparate. Das sind Arzneimittel, die mehrere Wirkstoffe gleichzeitig enthalten. Sie sind nicht immer hilfreich und können sogar gesundheitsschädlich sein.

Sie sind in der Regel ohne ärztliche Verordnung erhältlich und gerade in der jetzigen Erkältungszeit oft sichtbar in den Auslagen der Apotheken präsent: Erkältungspräparate. Viele unter ihnen sind mit dem Versprechen einer vermeintlichen Genesung „über Nacht“ oder „voller Leistungsfähigkeit trotz Infekt“ verbunden. Doch halten die Hersteller ihre Versprechen? „Vollständig gesund wird man durch die Einnahme von Kombipräparaten nicht schneller“ erklärt Julia Prantner, Apothekerin der IKK Südwest. „Die Wirkstoffkombination lindert lediglich die Symptome, bekämpft jedoch nicht die Ursache einer Erkältung.“

Viele Wirkstoffe auf einmal oft unnötig

Nichtsdestotrotz erfüllen viele Erkältungsmedikamente ihre Versprechen und geben Betroffenen zumindest das Gefühl, verhältnismäßig schnell wieder leistungsfähig zu sein. Das sei aber oft trügerisch, betont Prantner und zielt vor allem auf jene Kombipräparate ab, die Schmerzmittel, wie zum Beispiel Ibuprofen, enthalten: „Durch das Schmerzmittel wird häufig das Gefühl vermittelt, man sei fit und müsse sich nicht schonen. Das birgt

die Gefahr, dass Erkältete ihrem Körper nicht ausreichend Zeit zur Regeneration geben oder ein notwendiger Arztbesuch zu spät oder gar nicht erst erfolgt.“

Neben Schmerzmitteln enthalten Kombipräparate oft gleichzeitig Wirkstoffe zur Linderung von Reizhusten und zum Abschwellen der Nasenschleimhaut. Andere wiederum können Alkohol oder schlafanstoßende Wirkstoffe enthalten. „Wer ein kombiniertes Erkältungspräparat einnimmt, schluckt immer gleich einen Medikamenten-Cocktail. Dadurch nimmt man häufig nicht nur Wirkstoffe zu sich, die laut Beschwerdebild unnötig sind, sondern auch der Gesundheit schaden können.“

Im Zweifelsfall beraten lassen

Die Expertin der IKK Südwest weist darauf hin, dass besonders bei Vorerkrankungen und gleichzeitiger Einnahme weiterer Medikamente Vorsicht geboten sei: Je mehr Medikamente gleichzeitig eingenommen werden, desto wahrscheinlicher ist es, dass es zu Wechselwirkungen und damit zu unerwünschten Nebenwirkungen kommt. Ebenfalls sind Kombipräparate für Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren, aber auch für Schwangere und Stillende ungeeignet. „Wir empfehlen daher sich vor der Einnahme eines solchen Präparates in einer Apotheke vor Ort beraten zu lassen. Das pharmazeutische Fachpersonal kann einschätzen, ob die Einnahme eines Kombipräparates sinnvoll ist und falls nicht, passende Alternativen, zum Beispiel auch pflanzliche Präparate, vorschlagen. Das Personal kann anhand der Symptome auch abschätzen, ob und wann ein Arztbesuch empfehlenswert ist.“

Ausruhen, viel trinken, frische Luft, gesunde Ernährung, Nasenspülungen mit Salz – das sind einige der Tipps, die Julia Prantner für Erkältungsgeplagte parat hat. Und wenn es dann doch mal ein Medikament bei Husten, Schnupfen und Co. sein soll oder muss, lautet die Devise der IKK-Pharmazeutin: „Weniger ist oft mehr, denn meistens ist es bei den sich schnell verändernden Symptomen sinnvoller, Einzelwirkstoffe zu wählen, die ganz individuell nach Bedarf eingesetzt werden können.“

Die IKK Südwest

Aktuell betreut die IKK Südwest mehr als 635.000 Versicherte und über 90.000 Betriebe in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland. Versicherte und Interessenten können auf eine persönliche Betreuung in unseren 21 Kundencentern in der Region vertrauen. Darüber hinaus ist die IKK Südwest an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr über die IKK Service-Hotline 0681/ 3876 1000 oder www.ikk-suedwest.de zu erreichen.