

ZüFAM-Newsletter | Oktober 2016

Herausforderung Mischkonsum von Alkohol und Medikamenten

> Ein Mischkonsum von Alkohol und Medikamenten kann verschiedene Folgen haben. Zentral stellt sich die Frage, bei welchen Wirkstoffen diese Kombination besonders gefährlich ist – oder anders formuliert, wann in moderaten Mengen Alkohol konsumiert werden darf und in welchen Fällen strikt auf Alkohol verzichtet werden muss.

Da sich Fachpersonen aus dem Alters- und Pflegebereich besonders häufig mit dieser Problematik konfrontiert sehen, gibt die ZüFAM in Zusammenarbeit mit Sucht Schweiz für diese Berufsgruppe einen Flyer zur Thematik heraus.

Persönliche Autonomie wird in unserer Gesellschaft grossgeschrieben. Auch die Gesundheit jedes Einzelnen ist ein hohes Gut. Nicht immer lassen sich diese beiden Aspekte jedoch widerspruchsfrei kombinieren – wie zum Beispiel beim Mischkonsum von Alkohol und Medikamenten, wo gelegentlich zwischen dem Konsum von Alkohol und der notwendigen Wirkung von Medikamenten abgewogen werden muss. Fachpersonen aus dem Alters- und Pflegebereich sind diesbezüglich aufgrund ihrer hohen Verantwortung in einer besonders schwierigen Lage.

Um dieser Berufsgruppe ein Hilfsmittel für ihre tägliche Arbeit zur Verfügung zu stellen, hat die ZüFAM in Zusammenarbeit mit Sucht Schweiz einen Flyer zum Thema Mischkonsum von Alkohol und Medikamenten entworfen. Als Fachstelle, die sich der Problematik des Alkohol- und Medikamentenmissbrauchs widmet, konzentriert sich die ZüFAM dabei auf die Wechselwirkungen verschiedener Wirkstoffe mit Alkohol sowie die Wirkungsweisen des Mischkonsums und dessen Folgen und gibt konkrete Tipps für den Berufsalltag.

Wirkungsweisen und Folgen eines Mischkonsums

Einige Fakten zum Mischkonsum seien hier erwähnt:

- Der Konsum von Alkohol hat unterschiedliche Effekte auf die Wirkung von Medikamenten: Er kann sie verstärken, abschwächen oder verändern.
- Unerwünschte Wirkungen (Nebenwirkungen) eines Medikaments können durch Alkohol verstärkt werden.
- Ältere Menschen verfügen über eine geringere Nieren- und Leberfunktion, weshalb der Abbau von Medikamenten und Alkohol nur beschränkt möglich ist.

Die Wirkungsweisen eines Mischkonsums können zu teils einschneidenden Folgen für die Betroffenen und deren Umfeld führen. Beispiele dafür sind:

- Die erhöhte Sturz- und Verletzungsgefahr kann gerade bei älteren Menschen zum Verlust von Mobilität und Selbständigkeit führen.
- Das Unfallrisiko, zum Beispiel beim Lenken von Fahrzeugen oder beim Bedienen von Maschinen, ist durch die von Alkohol und Medikamenten verursachte Müdigkeit/Schläfrigkeit stark erhöht.
- Ein auftretender Blutdruckabfall kann zu Kreislaufproblemen und bis hin zur Bewusstlosigkeit führen.

Wie bereits eingangs erwähnt, können die Gefahren und Konsequenzen eines Mischkonsums je nach Medikament bzw. Wirkstoff sehr unterschiedlich ausfallen. Im Hinblick auf die Frage, wie der Konsum von Alkohol im Zusammenhang mit Medikamenten gehandhabt werden soll, sind – etwas vereinfacht – drei Vorgehensweisen möglich:

- Alkohol grundsätzlich meiden
- Geringer und seltener Alkoholkonsum unter Beobachtung der Verträglichkeit möglich
- Moderater Alkoholkonsum ist unproblematisch.

Dieser Kategorisierung entsprechend findet sich im erwähnten Flyer eine tabellarische Darstellung, die dem sogenannten Ampelsystem (rot, gelb, grün) folgt und eine Übersicht zur Gefährlichkeit des Mischkonsums bietet. Der Flyer zeigt auf, dass ein moderater Alkoholkonsum oft möglich ist. In anderen Fällen muss der Konsum aber sinnvollerweise eng begrenzt oder gar ganz vermieden werden. Wissen wann und wie viel, so lautet die Devise.

Neben dem Beachten dieser einfachen Regel im Alltag sollte zudem ein Augenmerk auf wichtige Informationsquellen (z. B. Beipackzettel und Arzneimittelkompendium) und gefährliche Verhaltensweisen (z. B. Verzicht auf Medikamenteneinnahme zugunsten des Alkoholkonsums) gerichtet werden. Wenn dazu auch bestehende gesundheitliche Beeinträchtigungen (z. B. Leberschäden) berücksichtigt werden, ist schon sehr viel gewonnen.

Flyer-Bestellung

Der Flyer, der demnächst erscheint, kann bereits jetzt bei der ZüFAM bestellt werden. Innerhalb des Kantons Zürich wird er kostenlos abgegeben. Bestellen Sie den Flyer über zuefam.ch oder schreiben Sie eine E-Mail an info@zuefam.ch.

Zürich, Oktober 2016 / Das ZüFAM-Team

Z Ü F A M

Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs
Langstrasse 229, Postfach, CH-8031 Zürich, Telefon 044 271 87 23, Fax 044 271 85 74
info@zuefam.ch, www.zuefam.ch