**wissen.de Artikel**

**Schmerzmittel im Überblick**

**Welche Waffen existieren gegen Schmerzen?**

**Schmerzen sind eine Begleiterscheinung der meisten Krankheiten und körperlichen Beschwerden und ein wichtiges Signal, dass etwas nicht stimmt mit unserem Körper. Für die Betroffenen sind sie oft nur schwer auszuhalten. Nach einer Umfrage von** [**TNS Healthcare**](http://de.statista.com/statistik/daten/studie/1845/umfrage/koerperliche-leiden-der-deutschen/) **von 2008 waren zu diesem Zeitpunkt Rücken-, Nacken- und Schulterschmerzen bei den Befragten am häufigsten verbreitet, dicht gefolgt von Muskel- und Gelenkschmerzen. Diese Art von Schmerzen lässt sich in vielen Fällen auf das moderne Arbeitsleben, zu wenig körperliche Bewegung und langes Sitzen am Bildschirm zurückführen.**

Ihre Therapie dauert in den meisten Fällen eine gewisse Zeit. In dieser Zeit kann es durchaus angebracht sein, auf Schmerzmittel zurückzugreifen, um das Leiden der Betroffenen zu mildern. Vor allem wenn Schmerzen sehr stark ausgeprägt sind, ist eine solche Medikation oft sogar notwendig. Dazu stehen verschiedene Arten von Schmerzmitteln zur Verfügung, frei verkäufliche und solche, die nur auf Rezept erhältlich sind. Vorsicht ist bei beiden Vertretern geboten, denn eine übermäßige Nutzung kann der Gesundheit schaden.

**Frei verkäufliche Wirkstoffe**

Wer längere Zeit von Schmerzen geplagt wird, sollte auf den Gang zum Arzt keinesfalls verzichten. Auf der anderen Seite kann es sinnvoll sein, zum Beispiel bei akuten Kopf- oder auch Rückenschmerzen mit frei verkäuflichen Schmerzmitteln aus der Apotheke für Linderung zu sorgen. Das gilt vor allem dann, wenn der Arbeitsalltag bewältigt werden muss und keine Zeit ist, um sich einen Tag ins Bett zu legen. Auch ein schlimmer Kater kann ein Grund für den Griff zum Medizinschrank sein, solange dies nicht zu häufig vorkommt.

Zu den wichtigsten Wirkstoffen in diesem Zusammenhang gehören die folgenden:

* **Ibuprofen**
Der Wirkstoff Ibuprofen ist in Medikamenten wie Ibu Ratiopharm oder Dolormin extra enthalten. Er hat den Vorteil, dass er seine Wirkung schon nach etwa 15 Minuten entfaltet. Medikamente damit werden häufig bei Erkältungsschmerzen angewendet, sind aber auch bei Rückenschmerzen und Kopfschmerzen effektiv.
* **Wirkstoff Azetylsalizylsäure (ASS)**
Ihn kennen die meisten Menschen in der Form von Aspirin. Es gibt wohl kaum jemand in Deutschland, der noch nicht damit üble Kopfschmerzen bekämpft hat oder sich im Rahmen einer Erkältung mit den Brausetabletten Linderung verschafft hat. Die Wirkungen von Azetylsalizylsäure sind vielfältig, ganz so risikofrei wie oft angenommen ist die Einnahme allerdings nicht. So ist bereits eine Einzeldosis von 10 g lebensbedrohlich.
* **Wirkstoff Paracetamol**
Auch ihn kennen viele Menschen von Tagen nach einer durchzechten Nacht. Bei Entzündungen bringt Paracetamol keine Hilfe. Dafür ist der Wirkstoff sehr wirksam bei Glieder- und bei Kopfschmerzen und damit hervorragend zur Kur eines Katers geeignet. Allerdings gilt auch hier: Schmerzmittel sollten nicht bei jedem Anflug von Kopfschmerzen angewandt werden. Manchmal gehört das Leiden am nächsten Tag einfach dazu.

**Verschreibungspflichtige Wirkstoffe**

Im Gegensatz zu den oben genannten Wirkstoffen gibt es andere, die nicht ohne weiteres in der Apotheke erhältlich sind. Für sie ist ein Rezept des Arztes notwendig. Zu den am häufigsten verbreiteten gehören diese hier:

* **Codein**
Codein ist ein Opiat, das oft zur Behandlung von Husten eingesetzt wird, aber auch in Kombination mit anderen Wirkstoffen wie Paracetamol zur Behandlung von Schmerzen, zum Beispiel bei Zahnschmerzen oder auch bei Regelschmerzen.
* **Morphin**
Medikamente mit Morphin werden nur bei sehr starken Schmerzen und unter sorgfältiger ärztlicher Überwachung eingenommen. Denn der Wirkstoff ist zwar sehr effektiv, führt aber auch zu einer Reihe von unangenehmen Nebenwirkungen. Außerdem ist die Gefahr einer Abhängigkeit hier besonders groß.
* **Dihydrocodein**
Präparate, die Dihydrocodein enthalten, werden häufig bei Reizhusten, aber auch bei mäßig starken sowie starken Schmerzen eingesetzt. Gute Beispiele stellen Gelenkschmerzen oder Schmerzen nach einer Operation dar. Wie bei anderen Schmerzmitteln auch ist hier besonders auf mögliche Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten zu achten. So darf ein Medikament mit Dihydrocodein erst zwei Wochen nach dem Ende einer Therapie mit MAO-Hemmern eingenommen werden.
* **Amitriptylin**
Dieser Wirkstoff kommt vor allem bei Depressionen zur Anwendung, kann aber auch gegen chronische Schmerzen helfen. Er hat eine beruhigende Wirkung und dient unter anderem dazu, Spannungskopfschmerzen vorzubeugen.

**Was sollte bei der Einnahme von Schmerzmitteln grundsätzlich beachtet werden?**

Grundsätzlich sollten Schmerzmittel nicht auf die leichte Schulter genommen werden. Das gilt auch für frei verkäufliche Varianten. Auch wenn Medikamente wie Aspirin zur Grundausstattung in jeder Hausapotheke gehören, sind Nebenwirkungen und die Gefahr einer Überdosierung nicht zu unterschätzen. Manche [Experten fordern nach Informationen auf Focus.de](http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/medikamente/risiko/tid-24809/toedliche-schmerzmittel-verbieten-aspirin-und-paracetamol-gefaehrden-leben_aid_703225.html) deshalb, Präparate wie Aspirin und Paracetamol nur noch gegen Rezept herauszugeben. Generell sollten ein paar Punkte bei der Einnahme von Schmerzmitteln immer beachtet werden:

* Die Absprache mit dem Arzt ist auch bei nicht verschreibungspflichtigen Präparaten sinnvoll, vor allem wenn diese häufiger eingenommen werden.
* Zu lange und in hohen Dosen sollten Schmerzmittel in keinem Fall angewendet werden. Gerade bei verschreibungspflichtigen Präparaten ist die Gefahr einer Medikamentenabhängigkeit oft hoch.
* Wer bei sich Nebenwirkungen feststellt, sollte über diese in jedem Fall schnellstmöglich mit einem Mediziner sprechen und das betreffende Medikament vorerst absetzen.
* Viele Schmerzmittel weisen Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten auf. Auch das gilt es bei der Einnahme zu beachten.
* Wer Schmerzmittel nimmt, wird dadurch stärker beeinträchtigt als häufig angenommen. Auf das Autofahren sollten Betroffene möglichst verzichten.

Grundsätzlich gilt, dass Schmerzmittel weder harmlos noch Allheilmittel sind. Das gilt auch für bekannte Vertreter wie Paracetamol und Aspirin. Deshalb sollte auf keinen Fall bei jedem Kater oder leichten Schmerzen auf Tabletten zurückgegriffen werden. Manchmal ist es einfach besser, sich ins Bett zu legen. Auch Rückenschmerzen lassen sich durch Schmerzmittel nicht therapieren. Wer häufiger davon geplagt wird, sollte in jedem Fall einen Mediziner aufsuchen. Mittlerweile werden im Netz auch sogenannte Ferndiagnose-Dienstleistungen wie [unter Ferndiagnose.org](https://www.ferndiagnose.org/dihydrocodein) angeboten. In diesen Fällen erfolgt die Ausstellung eines Rezeptes durch einen Fragebogen und einen Live-Chat mit einem Mediziner. In diesem Fall übernimmt die Krankenkasse auch bei verschreibungspflichtigen Medikamenten keine Kosten.

**Schmerzen sind wichtige Warnsignale**

Auch wenn die meisten am liebsten darauf verzichten würden, sind Schmerzen wichtige Warnsignale unseres Körpers – und manchmal auch unserer Seele. Alleine aus diesem Grund sollten sie ernstgenommen werden. Schmerzmittel können effektive und manchmal sogar notwendige Hilfsmittel sein, um die zugrundeliegenden Beschwerden zu bewältigen, eine Therapie stellen sie aber in der Regel nicht dar.