Schmerzmittel – Rezeptfrei heisst nicht unbedenklich

* SRF Puls, Montag, 21. Dezember 2015, 14:23 Uhr, aktualisiert um 15:40 Uhr
* Martina Lichtsteiner

Schmerzmittel sind schnell zur Hand, wenn der Kopf brummt oder die Knie zwicken, denn: Rund hundert Präparate sind frei verkäuflich. In allen Mitteln steckt einer von fünf Wirkstoffen, die alle gegen Schmerzen wirken, aber unterschiedliche Nebenwirkungen haben.

Schweizerinnen und Schweizer kaufen pro Jahr 14 Millionen Packungen rezeptfreie Schmerzmittel. Heute sind nur noch Monopräparate zugelassen.

* [Rezeptfreie Schmerzmittel](http://www.srf.ch/gesundheit/ratgeber/expertenrat/experten-chat-zum-thema-rezeptfreie-schmerzmittel)

Alle Schmerzmittel, die man hierzulande ohne Rezept in Apotheken und teils in Drogerien kaufen kann, enthalten einen der folgenden fünf Wirkstoffe: **Paracetamol, Ibuprofen, Diclofenac, Naproxen** oder **Acetylsalicylsäure**.

Rezeptfreie Schmerzmittel: Das sollten Sie wissen

* Alle fünf Substanzen lindern Schmerzen und Fieber, zum Teil sind sie auch anti-entzündlich.
* Gegen Kopfschmerzen und Migräne kann man alle Mittel einsetzen, was am besten wirkt, ist oft individuell verschieden.
* Alle Mittel haben auch Nebenwirkungen, die je nach Wirkstoff oder Wirkstoffgruppe unterschiedlich sind.
* Wichtig ist, die maximale Tages-Dosierung einzuhalten und die Mittel nicht länger einzunehmen als empfohlen.
* Bei anhaltenden Schmerzen sollte die Ursache ärztlich abgeklärt werden. Auf Rezept bekommt man, wenn nötig, auch stärkere Schmerzmittel. Bei längerer Einnahme kann eine ärztlich verordnete, kombinierte Therapie Langzeitfolgen abfedern.
* Für Schwangere und Kinder gelten andere Grenzwerte!
* Bei einer Überdosierung ist je nach Wirkstoff und Dosis rasches Handeln gefragt! Betroffene können sich an die Notrufnummer von Tox Info Suisse wenden (Telefon 145). Manchmal braucht es eine Notfall-Behandlung mit Gegenmitteln, um zum Beispiel Leberschäden zu verhindern.

Die folgenden Tabellen sind nicht vollständig, sondern listen lediglich die für den Alltag relevantesten Informationen auf. Alle Angaben gelten für die Anwendung bei Erwachsenen, für Kinder bestehen besondere Vorsichtsmassnahmen.

Paracetamol

|  |  |
| --- | --- |
| Beispielpräparate | Dafalgan, Panadol, Ben-u-ron, Acetalgin |
| Eigenschaften | Schmerzlindernd, fiebersenkend, nicht entzündungshemmend. Der Wirkstoff eignet sich auch für Schwangere und Säuglinge. |
| Indikationen | Leichte Schmerzen (z.B. Spannungskopfschmerzen, Zahnschmerzen). Wirkt gegen Fieber und Gliederschmerzen am besten.  |
| Wichtigste Nebenwirkungen | Eine geringe Überdosierung greift die Leber an. |
| Kontraindikationen | Vorbestehende Leberschäden |
| Einnahmedauer | Nicht länger als eine Woche (ohne ärztliche Überwachung) |
| Maximal-Dosis Erwachsene | 4000 mg/Tag |
| Dauer bis Wirkung | ca. 30 Minuten |
| Wirkungsdauer | 4 bis 6 Stunden |

NSAR (nichtsteroidale Antirheumatika): Ibuprofen, Diclofenac, Naproxen

|  |  |
| --- | --- |
| Beispielpräparate | - Ibuprofen: Irfen, Algifor, Dolo-Spedifen, Dismenol, Saridon- Diclofenac: Voltaren, Tonopan- Naproxen: Aleve |
| Eigenschaften | Schmerzlindernd, entzündungshemmend, leicht fiebersenkend |
| Indikationen | Leichte bis mittelschwere Schmerzen, Menstruationsbeschwerden, Gelenkschmerzen, rheumatische Schmerzen, Muskelschmerzen, Migräne |
| Wichtigste Nebenwirkungen | Magenschleimhaut-Entzündungen, Magengeschwüre, Magen-Darm-Blutungen, Nierenschädigung bei Überdosierung |
| Kontraindikationen | Vorbestehende Magenbeschwerden, Asthma, akute Herzbeschwerden, vorbestehende Nierenschädigung |
| Einnahmedauer | Nicht länger als 3 Tage (ohne ärztliche Überwachung) |
| Maximal-Dosis Erwachsene:  | - Ibuprofen: 1200 mg/Tag- Diclofenac: 75mg/Tag- Naproxen: 660mg/Tag |
| Dauer bis Wirkungseintritt | ca. 30 min |
| Wirkungsdauer | 4 bis 12 Stunden (je nach Präparat) |

Acetylsalicylsäure

|  |  |
| --- | --- |
| Beispielpräparate | Aspirin, Alka Seltzer, Aspegic, Alcacyl  |
| Eigenschaften | Schmerzlindernd, blutverdünnend, leicht entzündungshemmend, leicht fiebersenkend |
| Indikationen | Einnahme bei Schmerzen nur bedingt empfohlen, da blutverdünnend |
| Wichtigste Nebenwirkungen | Wie andere NSAR, zusätzlich weitere Blutungen aufgrund der Blutverdünnung |
| Kontraindikationen | Blutungsneigung, Asthma, vorbestehende Nierenschädigung, gleichzeitige Anwendung anderer Blutverdünner |
| Einnahmedauer | Nicht länger als 3 Tage (ohne ärztliche Überwachung) |
| Maximal-Dosis Erwachsene | 3000 mg/Tag |
| Dauer bis Wirkungseintritt | ca. 15 min |
| Wirkungsdauer | 4 bis 6 Stunden (bzgl. Schmerztherapie; Blutverdünnung hält länger an) |