

Tipps zum Schlucken von Medikamenten

© AMBORA

Viele Patientinnen und Patienten haben Schwierigkeiten, Tabletten oder Kapseln zu schlucken. In diesem Merkblatt haben wir einige Tipps zusammengestellt, die Betroffenen das Schlucken von Tabletten oder Kapseln erleichtern können.

Allgemeine Tipps und Hilfsmittel

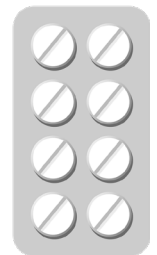
- Die Medikamente möglichst aufrecht sitzend oder stehend einnehmen, damit das Medikament gut durch die Speiseröhre in den Magen gelangen kann
- Vor der Medikamenteneinnahme die Mundschleimhaut anfeuchten, damit die Medikamente besser „rutschen“. Kälte und Zitronenaroma können kurzfristig helfen, das Schlucken zu erleichtern – geben Sie also z.B. Eiswürfel oder Zitronensaft in das Wasser, das Sie zum Befeuchten verwenden.
- Die Medikamente mit einem großen Glas (mindestens 200 ml) Leitungswasser einnehmen und dabei möglichst große Schlucke nehmen
- Wenn die Einnahme Ihrer Medikamente mit oder unabhängig von den Mahlzeiten erlaubt ist, können diese zusammen mit weichen Nahrungsmitteln wie z.B. Joghurt, Apfelmus oder zerdrückter Banane eingenommen werden. Wenn Sie unsicher sind, ob Sie Ihr Medikament mit Nahrung einnehmen dürfen, fragen Sie bei Ihrem Behandlungsteam nach!
- Ihre Apotheke kann spezielle Gele, die das Schlucken erleichtern (z.B. Nutilus Aqua, Gloup®) oder Schluckhilfen, die die Tabletten / Kapseln mit einem gelartigen Film überziehen (Medcoat®) für Sie bestellen. Die Kosten dieser Hilfsmittel werden allerdings nicht von den Krankenkassen erstattet



Einnahmetechniken für die leichtere Einnahme von Tabletten und Kapseln

Der „Flaschen-Trick“ für Tabletten

- Elastische Plastikflasche (PET-Flasche) bis zum Rand mit Wasser füllen. Die Öffnung der Flasche sollte nicht zu eng sein, damit Sie einen ausreichend großen Schluck Wasser nehmen können
- Tablette auf die Zunge legen, Flasche mit den Lippen fest umschließen
- Einen kräftigen Schluck aus der Flasche saugen - dabei darf keine Luft in die Flasche kommen, d.h. die Flasche zieht sich beim Trinken zusammen
- Den Kopf beim Schlucken leicht nach hinten neigen - die Tablette folgt der Schwerkraft zum Zungengrund und lässt sich leichter schlucken
- Ausreichend Wasser nachtrinken



Der „Nick-Trick“ für Kapseln

- Kapsel auf die Zunge legen
- Einen mittelgroßen Schluck Wasser nehmen und im Mund behalten
- Den Kopf beim Schlucken nach vorne Richtung Brustkorb neigen – die Kapsel schwimmt dadurch nach oben Richtung Rachen und lässt sich leichter schlucken
- Ausreichend Wasser nachtrinken



Kann ich meine Tabletten oder Kapseln zerkleinern, um sie leichter zu schlucken?

Es ist individuell verschieden, ob man Tabletten mörsern oder Kapseln öffnen darf, um sie besser einnehmen zu können. Für einige Medikamente ist das unproblematisch. Viele andere Medikamente dürfen allerdings nicht zerkleinert werden, da sich sonst die Wirkung verändern kann. Je nach Medikament kann die Wirkung verstärkt oder abgeschwächt werden. Manche Medikamente verlieren sogar komplett ihre Wirkung!

Krebsmedikamente in Tabletten- oder Kapselform dürfen aus Sicherheitsgründen grundsätzlich nicht zerkleinert werden! Sie dürfen diese Medikamente auch nicht lutschen oder kauen, da es bei einigen Wirkstoffen zu starken Schleimhautreizungen kommen kann. Sie sollten die Medikamente im Ganzen schlucken.

Deshalb ist es bei diesen Medikamenten besonders wichtig, dass Sie mit Ihrem Behandlungsteam sprechen, wenn Sie Schwierigkeiten bei der Einnahme haben! Dann kann gemeinsam nach einer Lösung gesucht werden, die Ihnen die Einnahme erleichtert. Manche dieser Medikamente lassen sich zum Beispiel in Wasser auflösen oder sind in flüssiger Form verfügbar, was das Schlucken sehr viel einfacher macht.

Wen kann ich bei Fragen anrufen?

Ihr Behandlungsteam:

Stempel der Klinik / Praxis / Apotheke

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116117

Bei lebensbedrohlichen **Notfällen**: 112

gefördert durch:
DR. AUGUST UND DR. ANNI
**LESMÜLLER
STIFTUNG**

Dieses Merkblatt wurde für Sie erstellt von:
**AMBORA AMTS-Kompetenz- und
Beratungszentrum orale Tumorthérapie**

CCC Comprehensive
Cancer
Center 
Erlangen-EMN
Europäische Metropolregion Nürnberg

Trotz sorgfältiger Prüfung wird keine Gewährleistung für Richtigkeit, Aktualität und Vollständigkeit der Angaben und keinerlei Haftung für eventuelle Fehler noch für Schäden übernommen.
© Sämtliche Rechte (z. B. Urheber- und Leistungsschutzrechte) dieses Merkblattes liegen bei der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) und beim Universitätsklinikum Erlangen (UKER). Informationsmerkblatt Tipps zum Schlucken von Medikamenten, Version: 2025-01, Stand: 22.01.2025. Bildquelle: <https://pixabay.com> (boristrost, TJFREE),
Textquellen: Dysphagie: Tipps und Tricks, Nestlé Health Science: <https://www.nestlehealthscience.de/dysphagie/ernaehrung/tipps> (Zugriff am 17.12.2024); Schiele JT et al. Ann Fam Med. 2014;12(6):550-552