

Weg mit den Schmerzen!

Die Kopfschmerztablette – ein Segen. Aber die rezeptfreien Mittel eignen sich nicht in jedem Fall. Und sie haben auch Nebenwirkungen

Die Verkaufsschlager

Insgesamt 95 Millionen Packungen rezeptfreier Schmerzmittel wurden 2023 verkauft. Den größten Anteil hatte dabei Ibuprofen.

Zahlen, Daten, Fakten

53%
Marktanteil

27%
Marktanteil

7%
Marktanteil



Niedrige Dosis, andere Wirkung

Wird in niedriger Dosierung (100 mg) vorbeugend etwa gegen Herzinfarkt oder Schlaganfall verschrieben

Viel hilft viel?

Die maximale Schmerzlinderung ist bei einer Einzeldosis von 400 mg erreicht. Das gilt nicht für den entzündungshemmenden Effekt

Gefährliches Halbwissen

Alle Schmerzmittel helfen auch bei Entzündungen. Oder? Eine Umfrage zeigt Wissenslücken zu Wirkungen und Nebenwirkungen

50%

glauben irrtümlich, Paracetamol helfe bei Entzündungen

34%

wissen nicht, dass ASS gerinnungshemmend wirkt

Lokale Anwendung

Statt der Tabletten, die im ganzen Körper wirken, kann bei örtlichen Schmerzen eine Schmerzsalbe helfen. Diese hat weniger Nebenwirkungen als Tabletten

Diclofenac

• **3%**
Marktanteil

Bei der Einnahme

Schmerzmittel ohne ärztlichen Rat maximal zehn Tage im Monat und höchstens vier Tage hintereinander einnehmen.



Übermäßiger Gebrauch gegen Kopfschmerzen kann Kopfschmerzen auslösen!

Wie häufig die Deutschen zu Schmerzmitteln greifen



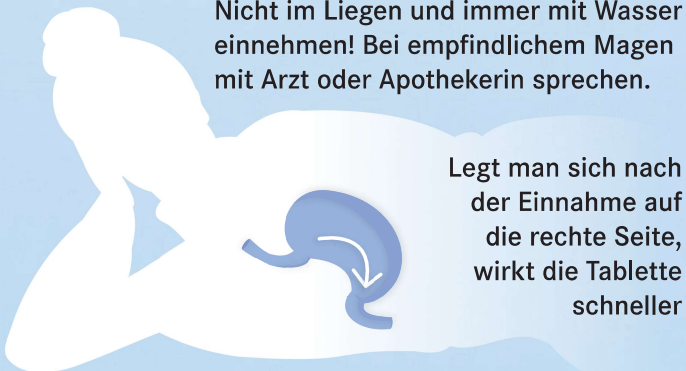
50 Prozent
mindestens
jeden Monat



10 Prozent
mindestens
jeden Tag

Auf leeren Magen ...

... wirken Schmerzmittel schneller. Nicht im Liegen und immer mit Wasser einnehmen! Bei empfindlichem Magen mit Arzt oder Apothekerin sprechen.



Legt man sich nach der Einnahme auf die rechte Seite, wirkt die Tablette schneller

Schmerzmittel-Finder

Ob Paracetamol (PCM), Ibu oder ASS: Diese Übersicht hilft, das für Sie am besten geeignete Mittel zu finden.



= Einnahme grundsätzlich möglich



= nur nach ärztlicher Rücksprache

Habe ich Probleme mit... **PCM** **IBU** **ASS**

... der Leber?	✗	✓	✓
... Asthma?	✓	✓	✗
... dem Herzen?	✓	✗	✗
... der Niere?	✓	✗	✗
... dem Magen?	✓	✗	✗
... hohem Blutdruck?	✓	✗	✗



= Einnahme hilfreich



= keine besondere Wirkung

Weitere Wirkungen **PCM** **IBU** **ASS**

fiebersenkend	✓	✓	✓
antientzündlich	✗	✓	✓

Diese Tabelle ersetzt nicht den Gang zur Arztpraxis oder die individuelle Beratung in Ihrer Apotheke.



Quellen

Infografik: Lukas Walbaum/
Frisk Innovation
Recherche: Dr. Lillian Reiter