

Wie sicher bin ich im Umgang mit meinem MS-Medikament?

Bei der MS-Therapie gibt es einige Dinge, die ich im Umgang mit Medikamenten beachten sollte. Wichtige Vorgaben zur sachgerechten Aufbewahrung oder zur richtigen Einnahme des Medikaments stehen auf der Umverpackung oder in der entsprechenden Packungsbeilage. Manchmal gibt der Arzt auch individuelle Anweisungen.

Wie gut kenne ich mich eigentlich mit meinen Medikamenten aus?

■ Ich lese vor der Benutzung eines Medikamentes sorgfältig die Packungsbeilage

■ Ich achte auf die richtige Lagerung der Medikamente

- Ich lagere die Medikamente unter Verschluss an einem gesicherten Ort, geschützt vor dem Zugriff durch Unbefugte bzw. Kinder.
- Die Medikamente bewahre ich geschützt vor Feuchtigkeit und Sonnenlicht auf – niemals im Auto oder Badezimmer.
- Ich lasse die Medikamente in der Originalpackung.
- Blister zerschneide ich nicht auf Vorrat.
- Ich achte stets auf die Temperaturvorgaben für die Lagerung (s. Umverpackung).

Bei Kühlware:

- Arzneimittel, die gekühlt werden müssen, lege ich in den Kühlschrank.
- Die Medikamente lege ich in die Mitte der Fächer, nicht in die Tür- und Gemüsefächer und nicht in die Nähe von Gefrierfächern.
- Den Kühlschrank halte ich sauber, das integrierte Eisfach wird regelmäßig enteist. So kann ich sicher gehen, dass die Medikamente stets gekühlt bleiben.
- Im Sommer packe ich die Medikamente für den Transport in Kühltaschen mit Kühlpacks.

■ Ich achte auf das Verfallsdatum und entsorge die Medikamente richtig

- Angebrochene Packungen kennzeichne ich mit einem Datum.
- Arzneimittel mit dem kürzesten Verfall verbrauche ich zuerst.
- Abgelaufene Medikamente benutze ich nicht mehr.
- Medikamente entsorge ich nicht unsachgemäß in der Toilette / Spüle, sondern in der Apotheke oder wenn dafür geeignet, im Hausmüll.





■ **Ich achte auf die richtige Einnahme und die regelmäßige Anwendung**

- Mögliche Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten sind mir bekannt.
- Mögliche Nebenwirkungen schreibe ich auf, damit ich sie mit meinem Arzt besprechen kann.
- Das Medikament nehme ich nach Vorgabe durch den Arzt regelmäßig ein, möglichst zur gleichen Uhrzeit.
- Habe ich die Einnahme vergessen, nehme ich nicht die doppelte Dosis. Bitte sprechen Sie Ihren Arzt / Ihre MS-Schwester an.
- Tabletten nehme ich mit Leitungswasser oder stillem Wasser ein.
- Ich dokumentiere die Einnahme aller Medikamente.
- Wenn ein Präparat sich dem Ende zuneigt, besorge ich mir frühzeitig ein neues Rezept.



**Sie haben einige Punkte nicht angekreuzt?
... dann sprechen Sie Ihren Arzt oder Ihre MS-Schwester an.**

App MS und Ich

Die App MS und Ich unterstützt Sie in Ihrem Alltag mit Multipler Sklerose. Lassen Sie sich an die Einnahme Ihres MS-Medikaments, den nächsten Arztbesuch oder ein benötigtes Rezept erinnern.

Wichtige Notizen können in der „Mein Tagebuch-Funktion“ dokumentiert werden. Neben der Erinnerungsfunktion bietet die App Übungen, mit denen man spielerisch die geistige Fitness trainieren kann – zuhause und unterwegs.

Die App steht Ihnen kostenlos im Apple App Store und Google Play-Store zum Download bereit.

Mehr Infos finden Sie unter: www.msundich.de/apps

