

# Medikamente

**Beratungstelefon Meditel:** Fachleute des Gesundheitstipp beantworten die Fragen der Leserinnen und Leser

## Antibabypille noch mit 50 nehmen?

«Seit zwanzig Jahren nehme ich ohne Unterbruch die Antibabypille. Jetzt bin ich bald 50 Jahre alt. Soll ich damit aufhören?»

Es wäre besser, wenn Sie auf die Verhütungspille verzichten würden. Denn neben der Pille haben Sie weitere Risikofaktoren für ein Blutgerinnsel. Dazu gehören Ihr Alter, das Übergewicht und die Krampfadern.

Wenn Sie die Pille absetzen, spüren Sie vielleicht erste Anzeichen der Wechseljahre. Dann sollten Sie auf keinen Fall wieder die Pille schlucken. Denn in den ersten Monaten – das gilt auch nach einer Pause – ist das Risiko für Blutgerinnsel besonders gross. Lindern Sie Beschwerden stattdessen mit pflanzlichen Mitteln wie Mönchspfeffer oder Traubensilberkerze.

(wa)

### Gratis-Merkblatt: «Ohne Chemie durch die Wechseljahre»

Zum Herunterladen unter [www.gesundheitstipp.ch](http://www.gesundheitstipp.ch) oder zu bestellen gegen ein frankiertes und adressiertes C5-Couvert bei: Gesundheitstipp, «Wechseljahre», Postfach 277, 8024 Zürich.

Schwer verdaulicher Käse: Pflanzliche Präparate wie Anis helfen



## Fondue: Welches Mittel hilft beim Verdauen?

«In letzter Zeit habe ich öfters Mühe, fettiges Essen wie Fondue zu verdauen. Ein Artischocken-Präparat vertrug ich schlecht. Gibt es noch andere pflanzliche Mittel?»

Ja. Es gibt viele Pflanzen, die beim Verdauen helfen. Dazu gehören Anis, Fenchel, Ingwer, Kümmel, Kurkuma, Melisse, Pfefferminze und Kamille. Sie können sie als Tee trinken. Oder Sie verwenden ein kombiniertes Präparat wie das tibetische Heilmittel Padma Digestin.

Weniger empfehlenswert sind Präparate wie Iberogast, die Schöllkraut enthalten. Sie stehen im Verdacht, die Leber zu schädigen. (wo)

STOCKFOOD

## Bei Kopfschmerzen zusätzlich Aspirin?

«Ich schlucke täglich Aspirin Cardio fürs Herz. Darf ich bei Kopfweh zusätzlich zwei Tabletten mit Aspirin nehmen?»

Besser nicht. Der Wirkstoff von Aspirin verdünnt das Blut. Je mehr Sie davon nehmen, desto grösser ist das Risiko für Blutungen, zum Beispiel im Magen. Eine gute Alternative sind Schmerzmittel mit dem Wirkstoff Paracetamol.

Dazu gehören Dafalgan, Paradol und Acetalgin. (wa)

## Nach Gürtelrose: Was hilft mir?

«Ich hatte eine Gürtelrose im Gesicht. An dieser Stelle ist ein unangenehmes Kribbeln geblieben. Die Mittel vom Arzt vertrug ich nicht oder sie halfen kaum. Gibt es Alternativen?»

Ja. Das homöopathische Mittel Mezereum hat sich

für solche Beschwerden nach einer Gürtelrose bewährt. Nehmen Sie zehn bis vierzehn Tage lang täglich fünf Kügelchen in der Potenz C30. (wo)

## Besser operieren statt Kortison?

«Ich habe einen verengten Spinalkanal und deshalb starke Rückenschmerzen. Der Arzt gab mir zweimal eine Kortisonspritze. Das half aber nur wenige Wochen. Jetzt rät er mir zu

einer Operation. Ist das sinnvoll?»

Ja. Man sollte höchstens drei- bis viermal pro Jahr eine solche Behandlung mit Kortison machen. Sonst überwiegen die Nachteile. Die Spritzen können zum Beispiel das Gewebe oder die Knochen schädigen.

Da Ihnen die Spritzen nur wenige Wochen helfen, eignen sie sich nicht für eine langfristige Therapie. Deshalb wäre eine Operation wahrscheinlich am besten. (wo)



Rufen Sie an:  
Kostenlose  
Beratung

Verstehen Sie Ihre Diagnose nicht? Hat Ihnen der Arzt eine Therapie verschrieben, von der Sie nicht überzeugt sind? Sind Sie unsicher, ob das Medikament das richtige für Sie ist? Oder müssen Sie sich gar operieren lassen? Die Gesundheitstipp-Ärztinnen Dr. med. Elisabeth Wanner und Dr. med. Stephanie Wolff beraten Sie gerne am Gratis-Telefon.



**Elisabeth Wanner**  
Ärztin  
(wa)



**Stephanie Wolff**  
Ärztin und Homöopathin  
(wo)

**BERATUNGSZEITEN:  
Jeden Mittwoch von 9 bis 17 Uhr**

Bitte nehmen Sie jeweils alle Unterlagen oder Medikamente mit ans Telefon. So können die Ärztinnen Sie besser beraten.

**Berater im Hintergrund:**

Auch diese Fachleute beantworteten Meditel-Fragen in dieser Ausgabe.



**Henri Guttman**  
Psychologe  
(Gu)



**Peter Meerwein**  
Hausarzt  
(Me)



**Beatrice Schilling**  
Ernährungsberaterin  
(bs)



**Bettina Schlagenhaff**  
Hautärztin  
(Bes)



**Peter Schlegel**  
Elektrosmog-Fachmann  
(pes)



**Peter Zuber**  
Zahnarzt  
(Zu)

**Antibiotikum absetzen?**

«Seit drei Tagen bin ich stark erkältet und habe Fieber. Der Arzt gab mir das Antibiotikum Azithromycin. Nach der ersten Tablette bekam ich Angstzustände. Darf ich auf die restlichen verzichten?»

Ja. Das Antibiotikum kann in seltenen Fällen solche Angstzustände auslösen. Wahrscheinlich brauchen Sie es gar nicht. Denn meistens sind Viren die Ursache fiebriger Infekte. Dagegen helfen Antibiotika nicht. Nehmen Sie nach Bedarf ein Schmerzmittel wie Dafalgan oder Ibuprofen. Das senkt auch das Fieber. Gehen Sie nochmals zum Arzt, wenn sich Ihr Zustand verschlechtert oder wenn es Ihnen nach 5 bis 7 Tagen nicht besser geht. (wo)

**Entzündeter Darm: Sind Zäpfchen gut?**

«Mein Enddarm ist chronisch entzündet. Deshalb verwende ich Salofalk-Zäpfchen. Die Entzündungswerte im Blut sind zwar besser, aber ich habe noch immer Beschwerden. Warum?»

Wahrscheinlich hat sich die Entzündung im Darm noch

nicht ganz beruhigt, auch wenn die Blutwerte besser sind. Ein Grund könnte sein, dass die Zäpfchen die Schleimhaut des Darms reizen. Es gibt Salofalk auch als Tabletten oder Granulat. Ein natürliches Mittel sind Flohsamen. Sie verbessern die Festigkeit des Stuhls und hemmen die Entzündung. (wo)

**Krämpfe wegen Blutdruck-Mittel?**

«Der Arzt hat mir vor einem Monat Amlodipin gegen den hohen Blutdruck verschrieben. Seither habe ich nachts Krämpfe in den Waden. Kommt das vom Medikament?»

Ja, das ist gut möglich. Amlodipin verursacht gelegentlich Muskelkrämpfe. Das kann auch bei ähnlichen Blutdrucksenkern wie Baypress, Lomir oder Zanidip passieren. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Er soll Ihnen ein anderes Medikament verschreiben. (wa)

**Sind die Hormone gut für mich?**

«Seit 30 Jahren verwende ich Östrogenpflaster, weil ich keine Gebärmutter und Eierstöcke mehr habe. Der Arzt will mir nun zusätzlich Progesteron verschreiben, weil ich Stimmungsschwankungen habe. Ist das gut für mich?»

Nein. Sie sind unterdessen 70 Jahre alt. In diesem Alter sind Hormonpräparate unnötig, egal, ob mit Östrogen oder Progesteron. Die Hormone könnten Ihnen sogar schaden. Denn sie erhöhen das Risiko für Schlaganfall, Brustkrebs und Herzinfarkt. Ihre depressiven Verstimmungen können auch andere Ursachen haben, sei es die dunkle Jahreszeit oder seien es persönliche Lebensumstände. Ein ausführliches Gespräch mit dem Hausarzt wäre aus diesen Gründen sinnvoller als Hormonpräparate. (wo)



**Amlodipin:** Blutdrucksenker können Muskelkrämpfe auslösen