

📖 Handbuch: Medikamentenlehre & Sicherheit für Alltagshelfer

1. Rechtlicher Rahmen & Kompetenzen

Grundregel: Alltagshelfer leisten **keine** medizinische Behandlungspflege.

- **ERLAUBT:** Erinnern an die Einnahme, Anreichen von Wasser/Pillenbox, Botengänge (auch BtM-Rezepte), Beobachten und Dokumentieren.
 - **STRENG VERBOTEN:** Richten von Tabletten, Verabreichen von Spritzen (**Insulin/Heparin**), Kleben von Pflastern, eigenmächtige Dosierungsänderung.
 - **Sonderfall Fachkraft:** Wer als Fachkraft in der Rolle eines Alltagshelfers arbeitet, darf im Regelbetrieb **keine** Behandlungspflege leisten (Versicherungsschutz!), muss aber im Notfall Erste Hilfe auf Fachkraft-Niveau leisten.
 - **Ärztliche Anweisung am Telefon:** Lautsprecher an! Der Klient muss die Anweisung selbst hören und entscheiden. Du bist nur die helfende Hand. Im Zweifel: **Notruf 112**.
-

2. Medikamenten-Übersicht

2.1 Die „üblichen Verdächtigen“ (Häufig rezeptfrei)

Medikament	Einsatzgebiet	Wichtiger Hinweis
Aspirin (hoch)	Schmerz, Fieber , Entzündung	Starke Blutverdünnung; Blutungsgefahr.
Paracetamol	Schmerz, Fieber	Magenschonend; bei Überdosis leberschädlich.
Ibuprofen	Schmerz, Fieber , Entzündung	Greift Magenschleimhaut an; zum Essen einnehmen.
Iberogast	Magen-Darm-Beschwerden	Pflanzlich; bei starken Schmerzen Arzt rufen.
Loperamid/Imodium	Akuter Durchfall	Gefahr der Verstopfung bei Senioren.
Cetirizin	Allergien	Macht müde – erhöhte Sturzgefahr!
Hustensaft/-stiller	Schleimlösung / Reizhusten	Löser nicht abends; Stiller nur für die Nacht.

2.2 Häufige rezeptpflichtige Medikamente (Dauermedikation)

- **Blutdruck & Herz:** **Ramipril / Enalapril** (ACE-Hemmer, oft Reizhusten); **Bisoprolol / Metoprolol** (Betablocker, Puls senkend; Schwindelgefahr).
- **Gerinnung:** **ASS 100** (Dauerdosis Infarktschutz); **Heparin (Spritze)** (Thromboseschutz – **Spritzverbot!**).
- **Magenschutz:** **Omeprazol (Omeprazol)** / **Pantoprazol** (schützt Schleimhaut bei Schmerzmitteln).
- **Starke Schmerzmittel:** **Novalgin** (stark schmerz-/fiebersenkend; kein BtM!); **Tramal** (Opioid; Schwindel/Übelkeit).

- **Betäubungsmittel (BtM!): Fentanyl-Pflaster** (starkes Opioid; Hitze/Fieber verstärkt Wirkung!); **Opium-Tropfen** (bei schwersten Schmerzen).
-

3. Ernährung: Blutdruck (RR) & Blutzucker (BZ)

3.1 Blutdruck (RR)

- **Senkend:** Rote Bete, Knoblauch, Bananen (Kalium), Kräuter statt Salz.
- **Erhöhend:** Kochsalz, Lakritz (Gefahr!), Koffein.
- **Alkohol-Check:** **Bier** wirkt eher RR-senkend (harntreibend Sturzgefahr!), **Sekt/Wein** wirkt eher RR-erhöhend. **Grapefruit** meiden (verstärkt Medikamente gefährlich!).

3.2 Blutzucker (BZ)

- **Regulierend:** Vollkorn, Gemüse, Nüsse, Zimt. (Reihenfolge: Erst Gemüse, dann Fleisch, dann Kohlenhydrate).
 - **Treibend:** Weißmehl, Säfte, Honig, Trockenobst.
 - **Notfall-Einsatz:** Bei Unterzuckerung **darf und muss** der Helfer gezielt Traubenzucker oder Saft geben (**Erste Hilfe!**).
-

4. Warnsignale & Notfälle

- **Acetongeruch:** Atem riecht nach **Nagellackentferner** (Gefahr: schwere **Überzuckerung!**).
 - **Unterzucker:** Zittern, Kaltschweiß, Aggression $\rightarrow$ Zucker geben!
 - **Blutungen:** Nasenbluten, blaue Flecken, schwarzer Stuhlgang $\rightarrow$ Sofort melden!
 - **Parkinson:** Pünktlichkeit ist alles! Achte auf „Einfrieren“ oder Halluzinationen.
-

5. Meldekette & Dokumentation

1. **Lebensgefahr:** 112 (Info: „Klient nimmt Blutverdünner/BtM“).
2. **Beobachtung:** Klient spricht selbst mit Hausarzt (Lautsprecher) oder Pflegedienst/Angehörige informieren.
3. **Dokumentation:** Sachlich im Bericht: „10:15 Uhr: Süßlicher Atemgeruch festgestellt. Klient klagt über Durst. Pflegedienst informiert.“

Tipp: Dieses Handbuch ist deine Basis. Besprich im Team, wo genau die Telefonnummern für die Meldekette hinterlegt sind.

<https://share.google/aimode/zQv7sKP9L43PwX55r>

Abschluss-Quiz: „Was tust du, wenn...?“ – 10 Min.

(Drei schnelle Fallbeispiele zur Festigung)

1. **Fall 1:** Der Klient riecht nach Nagellackentferner und will eine Cola trinken.
 - *Lösung:* Stopp! Verdacht auf Überzuckerung. Arzt/Pflegedienst rufen, keine Cola (Zucker) geben!
 2. **Fall 2:** Ein Klient, der Blutverdünner nimmt, stößt sich heftig den Kopf.
 - *Lösung:* Sofort beobachten/melden. Innere Blutungen sind bei ASS/Heparin gefährlicher als bei anderen.
 3. **Fall 3:** Der Hausarzt sagt am Telefon: „Geben Sie ihm zwei Tropfen mehr.“
 - *Lösung:* Ablehnen! „Ich darf nicht dosieren, bitte sagen Sie das dem Klienten direkt über Lautsprecher oder informieren Sie den Pflegedienst.“
-