

# Information für Frauen im gebärfähigen Alter sowie Schwangere und Stillende

## Wie gehe ich sicher mit Medikamenten um?

Die Schwangerschaft ist der empfindlichste Zeitraum im Leben eines Menschen. Seit „Contergan“ wissen wir, dass Medikamente die Entwicklung des ungeborenen Kindes erheblich stören können. Wenn in der Schwangerschaft Medikamente zum Einsatz kommen sollen, kann das Angst machen und verunsichern. Die gute Nachricht aber ist: Für fast alle Erkrankungen in Schwangerschaft und Stillzeit gibt es verträgliche Medikamente.

Bei chronischen Erkrankungen ist eine langfristige Behandlung mit Medikamenten oftmals unumgänglich. Aber auch akute, also plötzlich in der Schwangerschaft auftretende Beschwerden oder Erkrankungen machen oft eine Behandlung nötig. Es ist daher nicht sinnvoll, in der Schwangerschaft grundsätzlich auf Medikamente verzichten zu wollen. Denn auch eine unzureichend behandelte Erkrankung der Mutter kann die Entwicklung des ungeborenen Kindes beeinträchtigen. Bei jeder Behandlung mit Medikamenten in Schwangerschaft und Stillzeit ist es allerdings besonders wichtig, Risiken für Mutter und Kind gegen den Nutzen abzuwägen.

Bei der Entscheidung, ob Sie eine Behandlung brauchen und wie diese genau aussieht, sind mehrere Punkte zu berücksichtigen. Zum Beispiel: Wie schwer ist die Erkrankung? Was passiert, wenn Sie die Behandlung aufschieben? Wie wirksam und verträglich sind die in Frage kommenden Medikamente? Es sollte auch geklärt werden, ob vielleicht eine Behandlung ohne Medikamente möglich ist.

Ziel ist es, dass es Ihnen während der Schwangerschaft möglichst gut geht und dass weder Sie noch Ihr Kind durch Nebenwirkungen beeinträchtigt werden.

## Brauche ich überhaupt Medikamente?

Wie auch außerhalb einer Schwangerschaft sollte man zunächst prüfen, ob eine medikamentöse Behandlung wirklich nötig ist. Denn: Jedes wirksame Arzneimittel kann auch Nebenwirkungen haben. Andererseits kann eine unzureichend behandelte, ernsthafte Erkrankung die Schwangerschaft gefährden. Auch dies muss man bei der Risiko-Nutzen-Abwägung einer Behandlung berücksichtigen.

Bei Befindlichkeitsstörungen sowie leichten Schmerzen sollten Sie zunächst nicht-medikamentöse Behandlungen bevorzugen, wie zum Beispiel die Ernährungsgewohnheiten umstellen, Stress abbauen oder sich viel bewegen.

### Auf einen Blick

- Für fast alle Erkrankungen in Schwangerschaft und Stillzeit gibt es verträgliche Medikamente.
- Diese sollten auch bevorzugt werden, wenn Sie nicht schwanger sind, eine Schwangerschaft aber nicht mit Sicherheit auszuschließen ist. Dies gilt also für alle Frauen im gebärfähigen Alter.
- Setzen Sie Medikamente nicht eigenmächtig ab, wenn Sie bei sich eine Schwangerschaft feststellen.
- Entscheiden Sie bitte gemeinsam mit Ihrer betreuenden Ärztin oder Ihrem betreuenden Arzt, ob Sie in der Schwangerschaft Medikamente brauchen und welche dafür in Frage kommen.
- Im Zweifel können Sie oder die betreuenden Ärztinnen und Ärzte sich an die Beratungsstellen *Embryotox* oder *Reprotox* wenden.
- Insbesondere bei rezeptfreien Medikamenten oder Nahrungsergänzungsmitteln können Sie auch Ihre Apothekerin oder Ihren Apotheker fragen, ob Sie das Mittel auch als Schwangere oder Stillende anwenden dürfen. Besprechen Sie die Einnahme aller Mittel mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

## Wie behandeln?

Plötzlich auftretende Beschwerden sollten Sie so kurz wie möglich behandeln. Seien Sie mit selbst gekauften Mitteln vorsichtig. In der Drogerie oder Apotheke frei erhältliche Mittel sollten Sie nicht ungeprüft und bedenkenlos einnehmen. Bitte lassen Sie sich hierzu in der Apotheke beraten und weisen dabei auf Ihre Schwangerschaft hin.

Für die meisten chronischen Erkrankungen gibt

es hinreichend erprobte Arzneimittel. Dies gilt für Asthma, Bluthochdruck, rheumatische Erkrankungen ebenso wie für Multiple Sklerose, psychiatrische Erkrankungen, Epilepsie, chronisch-entzündliche Darmerkrankungen und andere. Ernsthafte Auswirkungen auf das ungeborene Kind sind bei sorgfältiger Medikamentenwahl ausgesprochen selten.

Sie haben eine chronische Erkrankung und nehmen dauerhaft Medikamente ein? Dann sollten Sie schon bei Kinderwunsch frühzeitig mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt besprechen, ob Sie Ihre Medikamente auch im Falle einer Schwangerschaft weiter einnehmen können. Manchmal ist es notwendig, auf ein anderes Medikament umzustellen. Prüfen Sie auch gemeinsam, ob die Dosis stimmt und Ihre Erkrankung damit stabil eingestellt ist. Auf diese Weise lassen sich Krankheitsverschlechterungen und Komplikationen in der Schwangerschaft oft verhindern.

Viele Frauen planen ihre Schwangerschaft nicht bewusst. Oft bemerkt eine Frau erst nach mehreren Wochen, dass sie schwanger ist. Daher sollten bei Frauen im gebärfähigen Alter grundsätzlich Medikamente bevorzugt werden, die auch in einer Schwangerschaft verträglich sind.

Medikamente, die auf die Psyche und das zentrale Nervensystem wirken (Psychopharmaka), können sogenannte Anpassungsstörungen beim neugeborenen Kind verursachen. Diese sind meist vorübergehend und äußern sich zum Beispiel durch Unruhe, Schläfrigkeit oder Trinkstörungen. Wenn Sie solche Medikamente einnehmen, sollten Sie daher die Geburt in einer Klinik mit angegliederter Kinderabteilung (Perinatalzentrum) planen.

Bisweilen wird bei Medikamenten auch diskutiert, ob deren Einnahme in der Schwangerschaft mit gesundheitlichen Langzeitauswirkungen, beispielsweise auf das Verhalten des Kindes, verbunden sein kann. Dies lässt sich derzeit nicht immer abschließend beantworten, jedoch ist ein Zusammenhang bei nur sehr wenigen Medikamenten belegt.

Auch in der Stillzeit ist es wichtig, den Einsatz von Medikamenten genau zu prüfen, denn einige können mit der Muttermilch zum Kind gelangen. Doch auch hier gibt es für fast alle Erkrankungen ausreichend sichere Medikamente, sodass Abstillen bei richtiger Auswahl fast nie erforderlich ist.

## Wo finde ich hilfreiche Informationen?

Informationen wie der Beipackzettel geben oft nur allgemeine Hinweise zur Anwendung in Schwangerschaft und Stillzeit. Detaillierte Angaben, wie sicher oder wie riskant das betreffende Medikament ist, finden sich hier selten. Oft kann hier der Eindruck vermittelt werden, es gäbe keine ausreichenden Erfahrungen zu dem Medikament oder es würde ein erhebliches Risiko bestehen. Für manche Medikamen-

te trifft dies wirklich zu, bei anderen hat man aber in Wirklichkeit solide Daten, die kein nennenswertes Risiko erkennen lassen. Aus dem Beipackzettel lässt sich nicht immer direkt ablesen, ob eine Warnung berechtigt ist.

Auch im Internet gibt es Arzneimittelbewertungen von sehr unterschiedlicher Qualität. Nur wenige dieser Quellen werden von Fachleuten betreut. Vertrauen Sie nicht ungeprüften Informationen, auch nicht in Chat-Foren. Selbst Berichte in seriösen Zeitungen und Fachjournalen können manchmal irreführend sein, wenn Ergebnisse einer „brandaktuellen“ Studie sensationsheischend wiedergegeben werden, anstatt diese kritisch vor dem Hintergrund bisherigen Wissens einzuordnen.

## Wen kann ich ansprechen?

Wenn Sie Fragen zur Behandlung in der Schwangerschaft und Stillzeit haben, ist Ihre Frauenärztin oder Ihr Frauenarzt Ihre erste Anlaufstelle. Bei einer chronischen Erkrankung, wie etwa Diabetes oder Asthma, sollten Sie natürlich auch Ihre betreuende Facharztpraxis einbeziehen.

Bei komplizierten Fragen stehen Ihnen und Ihrem Ärzteteam die speziellen Informationsstellen *Embryotox* an der Charité – Universitätsmedizin Berlin oder *Reprotox* am Universitätsklinikum in Ulm zur Verfügung. Dies sind auch geeignete Anlaufstellen für Sie, wenn Sie fürchten, riskante Medikamente während der Schwangerschaft eingenommen zu haben oder wenn Entwicklungsauffälligkeiten bei Ihrem ungeborenen Kind im Zusammenhang mit der Einnahme von Medikamenten vermutet werden.

Außer der telefonischen Beratung bei *Embryotox* oder *Reprotox* finden Sie unter [www.embryotox.de](http://www.embryotox.de) wissenschaftlich fundierte Bewertungen zu etwa 400 Medikamenten in Schwangerschaft und Stillzeit und zur sicheren Behandlung häufiger Erkrankungen. Auch werden hier ausgewählte Themen zur Arzneimitteltherapiesicherheit in der Schwangerschaft kommentiert. Schließlich kann man auf [www.embryotox.de](http://www.embryotox.de) oder [www.reprotox.de](http://www.reprotox.de) kostenlos eine Anfrage per Online-Formular starten. *Embryotox* und *Reprotox* arbeiten unabhängig von der Arzneimittelindustrie.

### Kontakt

**Pharmakovigilanz- und Beratungszentrum  
für Embryonaltoxikologie (Embryotox)**  
[www.embryotox.de](http://www.embryotox.de); Tel.: 030 450 525 700

**Beratungsstelle für Medikamente in  
Schwangerschaft und Stillzeit (Reprotox)**  
[www.reprotox.de](http://www.reprotox.de); Tel.: 0731 500 58655