

Bin ich gefährdet?

Möglicherweise fragen Sie sich, ob Ihr eigener Umgang mit Medikamenten Ihre Gesundheit gefährdet beziehungsweise wie man ein Medikamentenproblem erkennen kann. Diese Frage ist tatsächlich nicht leicht zu beantworten, denn die Grenzen zwischen Gebrauch, Missbrauch und Abhängigkeit sind fließend. Die folgenden Fragen können jedoch Anhaltspunkte geben:

- Ohne Medikamente kann ich schlechter einschlafen.** JA NEIN
- Ich habe mir zur Sicherheit einen kleinen Tablettenvorrat angelegt.** JA NEIN
- Zeitweilig möchte ich mich von allem zurückziehen.** JA NEIN
- Es gibt Situationen, die schaffe ich ohne Medikamente nicht.** JA NEIN
- Andere glauben, dass ich Probleme mit Medikamenten habe.** JA NEIN
- Die Wirkung meiner Medikamente ist nicht mehr so wie am Anfang.** JA NEIN
- Weil ich Schmerzen habe, nehme ich oft Medikamente.** JA NEIN
- In Zeiten erhöhter Medikamenteneinnahme esse ich weniger.** JA NEIN
- Ich fühle mich ohne Medikamente nicht wohl.** JA NEIN
- Manchmal bin ich selbst erstaunt, wie viele Medikamente ich an einem Tag einnehme.** JA NEIN
- Mit Medikamenten fühle ich mich oft leistungsfähiger.** JA NEIN

Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit JA beantwortet haben, ist es ratsam, darüber mit Ihrer Ärztin beziehungsweise Ihrem Arzt oder einer anderen fachkundigen Person, zu der Sie Vertrauen haben, zu sprechen.

Suchen Sie fachlichen Rat und Hilfe, wenn Sie mit einem Medikament Probleme haben! Setzen Sie ein verordnetes Medikament nicht eigenmächtig ab! Jede Veränderung der Einnahme muss vorher mit dem Arzt beziehungsweise der Ärztin abgestimmt werden!

Vielleicht möchten Sie sich gerne zuerst (anonym) am Telefon oder online näher informieren:

Bundesweite Sucht & Drogen-Hotline

01805 313031 (0,20 €/Anruf aus dem Festnetz;
max. 0,60 €/Anruf aus dem Mobilfunknetz)

Info-Telefon der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

0221 892031 (Kosten entsprechend der Preisliste ihres Telefonanbieters für Gespräche im deutschen Festnetz)
Montag bis Donnerstag von 10 bis 22 Uhr
Freitag bis Sonntag von 10 bis 18 Uhr

Unter www.drugcom.de kann man per E-Mail oder Live-Chat fachkundige Beratung finden und mit anderen chatten. drugcom.de ist ein Internetportal der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), sodass Sie sicher sind, seriöse Informationen zu erhalten.