

GUTE PILLEN – SCHLECHTE PILLEN

Unabhängige Informationen zu Ihrer Gesundheit

Ohne Einfluss der Pharmaindustrie. Ohne Werbung.

Pressemitteilung 13. Februar 2017

Wenn der Schlaf gestört ist

Auch Medikamente können die Nachtruhe rauben

Helfen bei Schlafproblemen Hausmittel, Matratzenwechsel oder kleine Verhaltenstricks nicht weiter, können möglicherweise verordnete Medikamente die Ursache sein. Manche Mittel nerven dann „indirekt“. Manche tun es direkt: Wer sich deren Beipackzettel genauer anschaut, wird vielleicht in der Rubrik „Nebenwirkungen“ auch das Wort Schlaflosigkeit finden. Weil schlechter Schlaf quälend ist, hat **Gute Pillen – Schlechte Pillen** einige Arzneistoffe unter die Lupe genommen. Wir stellen ein paar Mittel aus der aktuellen Heftausgabe kurz vor.

Es gibt Arzneimittel, die das Schlafvermögen nicht unmittelbar beeinflussen, sondern eher indirekt die Nachtruhe stören. Dazu gehören zum Beispiel harntreibende oder schmerzlindernde Mittel: **Harntreibende Medikamente** (Diuretika) werden zum Beispiel bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen verordnet. Sie befördern den nächtlichen Harndrang und somit auch den Toilettengang. Das kann besonders dann passieren, wenn die Tabletten abends eingenommen werden. **Schmerzmittel** wie etwa die Acetylsalicylsäure (ASS) führen in manchen Fällen zu nächtlichen Magenbeschwerden oder Sodbrennen.

Medikamente, die direkte Auswirkungen auf die Schlafqualität haben können, sind zum Beispiel **Betablocker**. Sie greifen in die komplizierten Mechanismen der zentralen Schlafregulation ein. Das wirkt sich möglicherweise ungünstig auf das Schlafhormon Melatonin aus, und es ist um die Nachtruhe geschehen. Ein typischer Vertreter solcher Betablocker ist der Wirkstoff Metoprolol, den Ärzte unter anderem bei Bluthochdruck oder Migräne verordnen. Und auch **Cholesterinsenker** (Statine), **Antibiotika** vom Typ Gyrasehemmer (z.B. der Wirkstoff Cyprofloxacin), **Neuroleptika** oder **Antidepressiva** und **Mittel für Parkinson-Erkrankte** können zu Schlafräubern werden.

GPSP-Experte Professor Bruno Müller-Oerlinghausen rät: „Wann immer Sie vermuten, dass dauerhaft gestörter Schlaf in einem zeitlichen Zusammenhang mit der Verordnung eines Medikaments stehen könnte, sollten Sie dies Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin sagen. Oft kann dann ein anderer Wirkstoff aus der gleichen Substanzklasse oder auch ein

pharmakologisch ganz anderes Mittel verordnet werden, das diese Nebenwirkung dann hoffentlich nicht hat.“

Mehr zu den schlafraubenden Medikamententypen und ihren Wirkungsweisen finden Abonnenten und Abonnantinnen im Originalartikel der Ausgabe **GPS** 1/2017:
<http://gutepillen-schlechtepillen.de/gestoerter-schlaf/>

Die Veröffentlichung dieser Mitteilung ist kostenlos unter Angabe der Quelle www.gutepillen-schlechtepillen.de oder **Gute Pillen – Schlechte Pillen** 1/2017.

Über Rückmeldung oder Beleg freuen wir uns.

Redaktion **Gute Pillen – Schlechte Pillen**

August-Bebel-Str. 62

D-33602 Bielefeld

Redaktion@GP-SP.de

www.gutepillen-schlechtepillen.de

Gute Pillen - Schlechte Pillen ist ein Gemeinschaftsprojekt gegründet von: [arznei-telegramm@, DER ARZNEIMITTELBRIEF](mailto:arznei-telegramm@DER-ARZNEIMITTELBRIEF) und Pharma-Brief; mit Arzneiverordnung in der Praxis. Alle beteiligten Zeitschriften sind Mitglied der International Society of Drug Bulletins (ISDB).

Herausgeber: Gute Pillen, Schlechte Pillen - Gemeinnützige Gesellschaft für unabhängige Gesundheitsinformation mbH, Bergstr. 38A, 12169 Berlin, HRB 98731B Amtsgericht Berlin-Charlottenburg, Geschäftsführer: Wolfgang Becker-Brüser, Jörg Schaaber, Dr. Dietrich von Herrath. Steuernr. 29/010/70934