

Schmerz lass nach

Was es bei der Einnahme von Schmerzmitteln zu beachten gilt

Rezeptfreie Schmerzmittel aus der Apotheke sind grundsätzlich dazu gedacht, akute Schmerzen, wie beispielsweise Kopfschmerzen, zu lindern. Damit das gewählte Mittel bestmöglich wirken kann, ist es wichtig, ein paar einfache Regeln zu befolgen. Generell sollten Schmerzmittel maximal drei bis vier Tage in Folge und nicht häufiger als an zehn Tagen im Monat eingenommen werden. Klingen die Beschwerden in dieser Zeit nicht ab, sollten Betroffene die Ursache unbedingt von einem Arzt abklären lassen. Je nachdem, um welche Form von Schmerzen es sich handelt, sollte der Wirkstoff individuell ausgewählt werden: Paracetamol, wie in Paracetamol-ratiopharm®, hilft beispielsweise gut bei Kopfschmerzen, ähnlich wie Ibuprofen, welches jedoch auch gut geeignet ist bei der Behandlung von z.B. Regelschmerzen und insbesondere in Kombination mit Lysin besonders schnell wirksam ist. In der jeweiligen Packungs-

beilage finden sich wichtige Angaben zur richtigen Dosierung für jedes Alter. Denn wer mit einer zu niedrigen Dosis keine Schmerzlinderung erreicht, neigt häufig dazu, das Medikament zu oft und über zu lange Zeiträume einzunehmen. Um die Schmerzen in den Griff zu bekommen, gilt deshalb grundsätzlich „so wenig wie möglich, aber so viel wie nötig“.



Foto: [siam.pukkato/shutterstock.com](https://www.siam.pukkato/shutterstock.com)

Paracetamol-ratiopharm® 1000 mg Tabletten

Wirkstoff: Paracetamol. Anwendungsgebiete: Leichtes bis mäßig starke Schmerzen. Fieber. Paracetamol-ratiopharm® 1000 mg Tabletten sind für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren (über 50 kg). Apothekenpflichtig. Stand: 10/17. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.