

## Pressemitteilung

# Verordnungen von Magensäureblockern in Schleswig-Holstein gesunken

## AOK warnt: Magenschutz nicht als Dauermedikation geeignet

Kiel, 17.12.2024

Die Verordnungen von Magensäureblockern sind in Schleswig-Holstein im vergangenen Jahr wieder gesunken. Nach dem Anstieg in 2022 setzt sich der rückläufige Trend damit fort. Das ergab eine aktuelle Auswertung der AOK NordWest. Danach stellten die niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte im Land im vergangenen Jahr insgesamt 956.675 Verordnungen über Protonenpumpenhemmer aus. Das sind fast 36.000 Packungen weniger als ein Jahr zuvor (992.364 Verordnungen). „Dass sich die rückläufige Entwicklung wieder fortsetzt, ist erfreulich. Magensäureblocker sind sinnvoll, wenn sie medizinisch angezeigt sind. Sie sollten aber nicht in die Dauermedikation gelangen, sondern abgesetzt werden, wenn die Indikation wegfällt“, sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest. Insgesamt gab die Gesetzliche Krankenversicherung (GKV) in Schleswig-Holstein im vergangenen Jahr über 18,6 Millionen Euro für diese Medikamentengruppe aus.

### **Protonenpumpenhemmer schützen die Magenschleimhaut**

Protonenpumpenhemmer hemmen die Produktion von Magensäure und gelten als Mittel der Wahl bei Sodbrennen (Reflux) und Magen-Darm-Geschwüren (Ulcera). Sie schützen auch die Magenschleimhaut bei Einnahme von magenschädigenden Medikamenten und werden daher auch als ‚Magenschutz‘ bezeichnet. Magensäureblocker gehören mit zu den am häufigsten verordneten Wirkstoffen.

### **Sicherer Umgang mit Magensäureblockern**

Ob auf Rezept oder in der Selbstmedikation, Pantoprazol und Co gelten als wirksame, gut verträgliche und unbedenkliche Wirkstoffe. Daher werden sie auch gerne einfach weiter verordnet oder eingenommen. Häufig erhalten sie Einzug in die Dauertherapie eines Patienten, wenn eine Behandlung nach einem Krankenhausaufenthalt ambulant weitergeführt wird. Aber gerade in der Langzeitanwendung könnten ernsthafte Gefahren lauern. „Bei der Langzeitbehandlung ist Vorsicht geboten. Studien zeigen in der Dauermedikation Zusammenhänge mit Infektionen, erhöhtem Frakturrisiko, Schlaganfällen, Demenz und weiteren Risiken. Deshalb ist es wichtig, dass diese Medikamente nur dann eingenommen werden, wenn die Magensäureproduktion gehemmt werden soll“, betont Ackermann.

Denn bei zu langer Hemmung der Magensäureproduktion werden Nährstoffe nicht mehr so gut aufgenommen und Erreger durch die Magensäure nicht mehr abgetötet. Als Folge können Magen-Darm-Infektionen und Nährstoffdefizite auftreten. Da auch die Calciumaufnahme betroffen ist, kann auch das Osteoporose- und Frakturrisiko ansteigen. Ein Zusammenhang mit Nierenerkrankungen, Schlaganfällen und Demenz wurde auch gezeigt – hier sind die genauen Mechanismen aber noch nicht geklärt. Daher gilt, die Dosis von Magensäureblockern so niedrig und die Therapiezeit so kurz wie möglich zu halten.

### **Vorsicht beim Absetzen**

Allerdings ist es schwer, einen Protonenpumpenhemmer wieder abzusetzen. Denn häufig kommt es zu einem Rebound-Effekt mit zunächst überschießender Säureproduktion. Da dadurch die Schmerzen wieder größer werden, nimmt der Patient wieder seine Medikamente, da er meint, das Problem sei noch nicht gelöst. „Wichtig ist, Magensäureblocker immer auszuschleichen und nicht abrupt abzusetzen. Es dauert einige Zeit, bis sich die Magensäureproduktion wieder normalisiert hat“, so Ackermann.

### **Sodbrennen vorbeugen**

Um gelegentliches Sodbrennen und saures Aufstoßen zu vermeiden, lässt sich mit einer Umstellung der Ernährung viel erreichen: Betroffene sollten auf üppige Mahlzeiten verzichten und stattdessen mehrere kleine über den Tag verteilt zu sich nehmen. Das entlastet den Magen und führt auf natürliche Weise dazu, dass sich die Menge an Magensäure reduziert. Meist hilft es auch, auf spätes Abendessen und auf Lebensmittel zu verzichten, die die Säureproduktion erhöhen. Dazu gehören Kaffee, schwarzer Tee, kohlenstoffhaltige Getränke, Fruchtsäfte sowie Süßes und Fettiges. Besonders starke "Magensäuretreiber" sind auch Alkohol, Nikotin und zu viel Stress.