

Pressemitteilung

Weniger Magensäureblocker in Schleswig-Holstein verordnet

Bei Magenschutztabletten auf sichere Anwendung achten

Kiel, 13. Januar 2026

Sie lindern Sodbrennen und schützen die Magenschleimhaut: Protonenpumpenhemmer wie Omeprazol oder Pantoprazol. Die Verordnungen dieser sogenannten Magensäureblocker sind in Schleswig-Holstein weiter gesunken. Das ergab eine aktuelle Auswertung der AOK NordWest unter allen GKV-Versicherten. Danach stellten die niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte im Land im Jahr 2024 insgesamt 941.393 Verordnungen über Protonenpumpenhemmer aus. Das sind fast zwei Prozent weniger als ein Jahr zuvor (956.675 Verordnungen). Der rückläufige Trend aus 2023 setzte sich damit auch im Jahr 2024 fort. „Magenschutztabletten gehören mit zu den am häufigsten verordneten Wirkstoffen. Bei der Langzeitanwendung ist allerdings Vorsicht geboten. Studien zeigen in der Dauermedikation Zusammenhänge mit Infektionen, erhöhtem Frakturrisiko, Schlaganfällen, Demenz und weiteren Risiken“, sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest. Insgesamt gab die Gesetzliche Krankenversicherung (GKV) in Schleswig-Holstein im vergangenen Jahr fast 17,2 Millionen Euro für diese Medikamentengruppe aus.

Sicherer Magenschutz

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. 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. Aber gerade in der Langzeitanwendung könnten ernsthafte Gefahren lauern. „Magenschutztabletten sind sinnvoll, wenn sie medizinisch angezeigt sind. Allerdings ist bei langfristiger Einnahme Vorsicht geboten“, 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.

Rebound-Effekt vermeiden

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

Betroffene, die unter Sodbrennen leiden, können Verhaltensweisen ändern, die eine verstärkte Säureproduktion im Magen fördern. So 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, kohlenensäurehaltige Getränke, Fruchtsäfte sowie Süßes und Fettiges. Besonders starke "Magensäuretreiber" sind auch Alkohol, Nikotin und zu viel Stress.