

## **„Ich krieg die Tabletten nicht runter!“**

### **Tipps und Tricks aus der Apotheke für die einfachere Einnahme von Medikamenten**

Stuttgart, den 9. Dezember 2025 – Beschwerden bei der Einnahme von Tabletten sind ein häufiges Problem, das sowohl bei schwer erkrankten Menschen, Senioren als auch bei Kindern auftreten kann. Für Betroffene, die Schwierigkeiten haben, Tabletten zu schlucken, stellt die Einnahme eine große Herausforderung dar. Besonders bei Kindern, die noch nicht gelernt haben, Tabletten sicher zu schlucken, kann dies zu Frustration, Unsicherheit und im schlimmsten Fall zur Verweigerung der wichtigen Medikamente führen. Bei Erwachsenen mit bestimmten Erkrankungen, wie beispielsweise nach einem Schlaganfall oder während einer Chemotherapie, aber auch nach Operationen im Mund- und Rachenraum ist das Schlucken von Tabletten oft problematisch. Diese Schwierigkeiten können dazu führen, dass wichtige Medikamente nicht oder nicht richtig eingenommen werden, was die Behandlung erschweren oder verzögern kann.

Friederike Habighorst-Klemm, Patientenbeauftragte und Vorstandsmitglied des Landesapothekerverbands, betont: „Es ist essenziell, dass Patienten bei Schwierigkeiten mit der Medikamenteneinnahme nicht allein gelassen werden. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, die das Schlucken erleichtern können, und die Apotheke ist hier ein wichtiger Ansprechpartner.“ Sie ergänzt: „Gerade bei Kindern ist es wichtig, frühzeitig geeignete Darreichungsformen zu verwenden, um die Angst vor der Einnahme zu nehmen und die Behandlung sicherzustellen. Statt Tabletten können bei Kindern beispielsweise Säfte oder Zäpfchen zum Einsatz kommen.“

Um die Medikamentengabe zu erleichtern, gibt es in Apotheken eine Vielzahl von Hilfsmitteln und Tipps. Spezielle Schluckhilfen, wie Gel-Überzüge, können die Tablette leichter schluckbar machen. Zudem kann die richtige Schlucktechnik helfen. Die Apothekerin erklärt: „Viele machen den Fehler und legen den Kopf in den Nacken um eine Tablette zu schlucken, was aber die Speiseröhre verengen kann. Besser ist es, den Kopf leicht nach vorne zu senken und das Kinn nach unten zu ziehen, anstatt den Kopf nach hinten zu neigen.“ Außerdem können viele Patientinnen und Patienten ihre Medikamente mit dickflüssigem Getränk oder Apfelmus leichter einnehmen. Das geht aber natürlich nur, wenn das Medikament mit Mahlzeiten eingenommen werden darf.

Friederike Habighorst-Klemm warnt davor, Tabletten einfach zu zerkleinern und weist darauf hin, dass Medikamente nur zerkleinert werden dürfen, wenn dies ausdrücklich in der Packungsbeilage steht oder in der Apotheke geklärt wurde. „Das Zerkleinern oder Teilen kann die Wirksamkeit beeinträchtigen oder Nebenwirkungen verursachen. Oft gibt es auch alternative Darreichungsformen wie Säfte oder Brausetabletten, die die Einnahme deutlich erleichtern.“

Es ist sehr ratsam, bei Problemen mit dem Schlucken von Tabletten frühzeitig mit dem behandelnden Arzt oder in der Apotheke Rücksprache zu halten. Sie können individuelle Lösungen empfehlen, um die sichere und wirksame Einnahme der Medikamente zu gewährleisten. Friederike Habighorst-Klemm fasst zusammen: „Wir in der Apotheke vor Ort helfen gerne, um die Behandlung so angenehm und effektiv wie möglich zu gestalten. Niemand sollte sich scheuen, nach Alternativen oder Hilfsmitteln zu fragen.“

## Info:

**Zu diesem Thema bieten wir Ihnen einen [Audio-Beitrag](#) an. Sie finden ihn auf [www.apotheker.de](http://www.apotheker.de) im Pressebereich abgelegt.**

Der Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V. setzt sich für die unabhängige Beratung von Patientinnen und Patienten, Gesundheitsprävention und die sichere Abgabe von Arzneimitteln ein. In Baden-Württemberg gibt es rund 2.150 öffentliche Apotheken. Der Verband vertritt die wirtschaftlichen und politischen Interessen seiner Mitglieder. Um das Wohl der Patien:innen kümmern sich im Land neben den approbierten Apothekerinnen und Apothekern auch rund 15.000 Fachangestellte, überwiegend Frauen, in Voll- oder Teilzeit.

Der Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V. ist zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015.

## Ihre Interviewwünsche und Rückfragen richten Sie bitte an:

Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V.

Frank Eickmann

T.: 0711 22334-77, F.: -99

[presse@apotheker.de](mailto:presse@apotheker.de)

Besuchen Sie uns online unter <https://www.apotheker.de/>

Folgen Sie uns auf Facebook: <https://www.facebook.com/apothekerverband>

Folgen Sie uns auf Instagram: [https://www.instagram.com/lav\\_bawue/](https://www.instagram.com/lav_bawue/)