



## KURZINFORMATION ZU BENZODIAZEPINEN (ANXIOLYTIKA)

### WOFÜR WERDEN SIE VERWENDET?

Benzodiazepine werden zur Behandlung von Angstsymptomen angewandt. Anxiolytika (wörtlich Angstlöser) können dabei helfen Angstsymptome zu lindern, behandeln jedoch nicht deren Ursache. In der üblicherweise verschriebenen Dosis wirken sie beruhigend und entspannend, in höherer Dosierung werden sie verwendet um Schlaf einzuleiten.

### WIE SCHNELL WIRKEN SIE?

Üblicherweise verringern Anxiolytika sehr rasch (max. innerhalb einer Stunde) die allgemeine körperliche Unruhe und führen zu einem Zustand von Ruhe und Entspannung.

### WIE LANGE SOLLTEN BENZODIAZEPINE EINGENOMMEN WERDEN?

Angst ist für gewöhnlich ein Zustand von begrenzter Dauer. Wenn die Ursache der Angst behandelt oder beseitigt wurde, dann verschwinden auch die Angstsymptome. Daher werden Anxiolytika meist nur für eine begrenzte Zeit verschrieben. In der Regel sollten Benzodiazepine nicht länger als vier Wochen eingenommen werden. Häufig werden Anxiolytika nicht regelmäßig, sondern nur bei Bedarf (z.B. in besonders stressreichen Situationen) eingenommen. Eine Toleranzentwicklung, d. h. eine Abnahme der Wirksamkeit, kann eintreten, wenn die Medikation länger als vier Monate eingenommen wird. Sie sollten keinesfalls eigenständig die Dosis erhöhen oder das Medikament absetzen. Beraten Sie sich unbedingt mit ihrem Arzt/ihrer Ärztin.

### MÖGLICHE NEBENWIRKUNGEN

-  Müdigkeit, Mattigkeit, Benommenheit, Schläfrigkeit
-  Muskelschwäche (dadurch vor allem bei älteren Menschen erhöhtes Sturzrisiko)
-  Reduzierte Reaktionsfähigkeit, Schwäche, Schwindel, verwaschene Sprache
-  Vergesslichkeit, Gedächtnislücken, Desorientierung
-  Übelkeit, Sodbrennen

Informieren Sie ihren Arzt/ihre Ärztin über auftretende Nebenwirkungen. Die Dosierung muss gegebenenfalls angepasst werden.

### VORBEUGENDE MAßNAHMEN

-  Änderungen der Dosierung oder das Absetzen des Medikaments müssen immer in Absprache mit einem Arzt/einer Ärztin erfolgen.
-  Konsultieren Sie ihren Arzt/ihre Ärztin oder ihren Apotheker/ihre Apothekerin bevor Sie andere Medikamente einnehmen, da es zu Wechselwirkungen kommen kann. Dies gilt auch für rezeptfreie Medikamente oder homöopathische Mittel.
-  Benzodiazepine können die Reaktionsfähigkeit beeinträchtigen. Fahren Sie daher nicht mit dem Auto und bedienen Sie keine Maschinen.
-  Nehmen Sie die Medikation mit einer Mahlzeit - vor allem wenn sie zu Übelkeit oder Sodbrennen neigen - bzw. mit Wasser, Milch, Orangen- oder Apfelsaft ein. Vermeiden Sie Grapefruitsaft, da er die Wirksamkeit beeinträchtigen kann.
-  Das Medikament kann die Wirkung von Alkohol verstärken und vermehrt zu Schwindel, Benommenheit und Schläfrigkeit führen.
-  Der Konsum von größeren Mengen an Koffein (Kaffee, schwarzer oder grüner Tee, Cola etc.) kann dazu führen, dass Sie nervös und überspannt werden und daher die Wirksamkeit der Medikation herabsetzen.
-  Benzodiazepine sollen nicht über einen längeren Zeitraum eingenommen werden, da sie schnell abhängig machen können.