

Patienteninformationblatt PPI

Cédric Willi
smarter talents Switzerland 2025
21. Januar 2026, Luzern

Kurzer Projektbeschreibung & Zielsetzung:

Erstellen eines leicht verständlichen Informationsblatts für Patienten, welches die Indikationen und Nebenwirkungen von Protonenpumpeninhibitoren (PPI) und Strategien zum Absetzen zeigen soll.

Kontext:

In der Schweiz besteht seit Jahren eine Überversorgung mit PPI, welche trotz verschiedener Interventionen auf ärztlicher Seite nicht reduziert werden konnte. Mithilfe meines Informationsblattes möchte ich nun auch die Patientenseite miteinbeziehen und somit zu einer besseren Behandlungsqualität beitragen.



Fakten

#1 Infektionen können durch unterschiedliche Erreger (Bakterien oder Viren) verursacht sein.

#2 Im Alltag sind virale Infektionen viel häufiger (>90 %) als bakterielle Infektionen.

#3 Antibiotika sind nur gegen Bakterien wirksam, aber nicht gegen Viren.



Risiken und Nebenwirkungen

Eine Antibiotika-Behandlung kann zu Nebenwirkungen führen (z.B. Durchfall, Hautausschlag). Antibiotika sollten deshalb nur dann zum Einsatz kommen, wenn sie wirklich nötig sind.

Der unnötige Einsatz von Antibiotika ist ein Grund dafür, dass Bakterien resistent werden und Antibiotika nicht mehr wirken. Immer mehr Bakterien werden resistent gegen Antibiotika.



Wann ist eine antibiotische Behandlung angezeigt?

Bei Erkrankungen wie:

- Streptokokken-Angina
- Kehlkopfentzündung
- Keuchhusten
- bakterielle Lungenentzündung

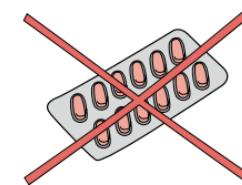
Diese Erkrankungen kann die Ärztin durch Befragung, körperliche Untersuchung und allenfalls Labortests feststellen.

Eine antibiotische Behandlung kommt auch in Frage bei Verschlechterung des Gesundheitszustandes.

Referenz:
Top-5-Liste Ambulante Allgemeine Innere Medizin. smarter medicine, 2016.

smarter medicine empfiehlt:

«Keine Antibiotika bei unkomplizierten Atemwegsinfekten»



www.smartermedicine.ch

smartermedicine
Choosing Wisely Switzerland

Wenn Sie bereits einen Magensäure-Blocker einnehmen...



Bis zu 20% der Patienten nehmen Magensäureblocker länger oder in höherer Dosierung als eigentlich angezeigt wäre. Untersuchungen zeigen: bei vielen Patienten kann die Dosis sicher reduziert werden, oder das Medikament muss nur noch bei Bedarf eingenommen werden.

Smarter medicine empfiehlt: Keine Daueranwendung von Magensäure-Blockern ohne Grund!

Brauche ich meine Magensäure-Blocker noch? — **Fragen, die Sie ihrem Arzt/Ärztin stellen können:**

- **Wofür** wurde das Medikament ursprünglich verordnet?
- **Besteht weiterhin ein Grund das Medikament einzunehmen?**
- Kann eine **niedrigere Dosis** oder die Umstellung auf eine Bedarfstherapie versucht werden?

Möglichkeiten das Medikament zu reduzieren:

Dosisreduktion: Reduktion des Medikamentes auf die niedrigste wirksame Dosis

- Beispiel: Jeden Tag 20mg statt 40mg Pantoprazol

Bedarfstherapie: Den Magensäure-Blocker nur bei Beschwerden einnehmen

- Beispiel: Bei Sodbrennen für eine Woche 40mg Pantoprazol täglich einnehmen und anschliessend wieder absetzen

Absetzen: Schrittweises absetzen des Magensäure-Blockers, um eine Gegenreaktion des Körpers mit erneutem Sodbrennen zu vermeiden

- Beispiel: Reduktion auf 20mg Pantoprazol täglich für 2 Wochen, dann absetzen.

Wichtig: Niemals ohne Rücksprache mit dem Arzt /der Ärztin die Therapie ändern!

Weitere Informationen auf: www.smartermedicine.ch

Wenn Ihnen ein Magensäure-Blocker neu verschrieben wird...

Was sind Magensäure-Blocker?

Magensäure-Blocker oder Protonenpumpen-Inhibitoren (PPI) sind Medikamente, die die Säureproduktion im Magen stark reduzieren. Häufige Medikamente mit diesem Wirkstoff sind Pantoprazol, Omeprazol und Esomeprazol.

Wofür werden sie eingesetzt?

- Bei akuter und chronischer Refluxkrankheit (Sodbrennen, Aufstossen)
- Bei Magen- oder Zwölffingerdarmgeschwüren
- Zum **Schutz der Magenschleimhaut** bei Einnahme bestimmter Medikamente (z. B. bei langfristiger Therapie mit entzündungshemmenden Schmerzmitteln, sogenannten nicht-steroidalen Entzündungshemmern)
- Bei **Infektionen** mit Helicobacter pylori (als Teil einer Kombinationstherapie)

Risiken und Nebenwirkungen

Magensäure-Blocker sind im Allgemeinen eine sichere Gruppe von Medikamenten. Sie können jedoch auch Schwindel, Schlafstörungen, Hautausschlag, Durchfall, Übelkeit oder Erbrechen verursachen.

Bei langfristiger Einnahme können Magensäure-Blocker das Risiko für folgende Erkrankungen erhöhen:

- **Niedrige Vitamin-B12- und Magnesiumwerte** im Blut
- **Knochenbrüche**
- **Lungenentzündung**
- Magen- und Darminfektionen

Daher empfiehlt smarter medicine: Keine Anwendung von Magensäure-Blockern ohne Grund, in der niedrigsten möglichen Dosis und nicht länger als nötig!

Langzeiteffekte von PPI



Was lief gut?

- Es handelt sich um ein vielbeachtetes Thema, bei dem es einfach war viele Informationen, Vorlagen und Inspirationen zu finden.

Was hat Freude bereitet?

- Etwas neues zu gestalten und eigene Ideen umzusetzen.

Schwierigkeiten:

- Eine patientengerechte Sprache im Umgang mit medizinischen Themen anzuwenden.
- Ansprechende Illustrationen für das Informationsblatt zu erstellen.

Lernmomente:

- Es ist eine Herausforderung komplexe medizinische Zusammenhänge in Patientengerechter Sprache darzustellen, ohne sie zu stark zu vereinfachen.

Neue Einsichten

- Patientengerechte Kommunikation ist anspruchsvoll



Lessons Learned

Die Kommunikation mit Patienten unterscheidet sich stark von der Kommunikation mit Fachpersonen

Mögliche nächste Schritte

- Weiterentwicklung-und Gestaltung durch smarter medicine
- Pilotversuch in Apotheken und/oder Hausarztpraxen

Mögliche Schwierigkeiten

- Logistische Hürden (Begrenzter Platz, Verteilung der Flyer)
- Erreichen der richtigen Zielgruppe (Patienten mit einem PPI)
- Mangelndes Interesse/Zeit von Fachpersonen
- Mehrsprachigkeit