



Vorsicht bei Schlaf- und Beruhigungspillen

Obwohl Schlaf- und Beruhigungsmittel bestimmte Krankheitszeichen wie Schlaflosigkeit lindern können, bekämpfen sie nicht die eigentliche Ursache. Sport und Entspannung sind wirkungsvoller in der Bekämpfung der Ursachen von Schlaflosigkeit, Stress und Angstgefühlen und sollten vor Einnahme psychotroper Medikamente ausprobiert werden.

Die Einnahme von Schlaf- und Beruhigungsmitteln ist nicht ohne Risiken. Sie kann zu unerwünschten Folgen führen. Eine zweckmäßige Einnahme dieser Art von Medikamenten muss daher immer auf einer ernsthaften klinischen Bewertung basieren. Eine aufmerksame klinische Verfolgung ist erforderlich.



Halten Sie in jedem Fall Rücksprache mit Ihrem Hausarzt oder einem Apotheker.

Der Föderale Öffentliche Dienst (FÖD) Volksgesundheit möchte mit seiner neuen Kampagne „Schlaf- und Beruhigungsmittel nicht wahllos schlucken“ über die Risiken eines übermäßigen Gebrauchs von Schlaf- und Beruhigungsmitteln bei Angstgefühlen, Stress und Schlaflosigkeit informieren (siehe Link).

Der Patienten Rat und Treff (PRT) und die Arbeitsgemeinschaft für Suchtvorbeugung und Lebensbewältigung (ASL) informieren und beraten ebenfalls ausführlich zum Thema Medikamentenmissbrauch.

Laut nationaler Gesundheitsumfrage in 2013 gaben 16% der Bevölkerung Belgiens

über 15 Jahren an, in den letzten beiden Wochen vor der Befragung ein oder mehrere psychotrope Medikamente eingenommen zu haben.

Der Konsum von psychotropen Medikamenten ist bei Frauen (20%) häufiger als bei Männern (10%)

Die Anzahl der Konsumenten steigt mit zunehmendem Alter. Nicht weniger als 40% der Personen ab 65 Jahren konsumieren beispielsweise ein Schlaf- und Beruhigungsmittel. In der Altersgruppe der der 15-24 jährigen sind es beispielsweise nur 3%.

Die DG ist, zusammen mit den anderen Gemeinschaften, Auftraggeber der nationalen Gesundheitsumfrage. Sie wird alle 5 Jahre in Zusammenarbeit mit dem Wissenschaftsinstitut für Öffentliche Gesundheit (WIV-ISP) und der Allgemeinen Direktion Statistik durchgeführt.

Ansprechpartner

Arbeitsgemeinschaft für Suchtvorbeugung und Lebensbewältigung (ASL)

Klosterstraße 3

4700 Eupen

Tel.: +32 (0)87/ 74 36 77

asl@skynet.be

[Webseite](#)

Patienten Rat&Treff Eupen

Aachener Straße 6

4700 Eupen

Tel.: +32 (0)87/55 22 88

info@patientenrat.be

[Webseite](#)

Links

Kampagne zur Suchtgefahr von Schlaf- und Beruhigungsmittel
