

Zusammenfassung «Auslegeordnung problematischer Gebrauch psychoaktiver Medikamente»

Um was geht es?

Gegenstand dieses Berichts ist der **problematische Gebrauch psychoaktiver Medikamente** in der Schweiz, der folgende Konsum- und Verhaltensweisen umfasst:

- Risikoverhalten im Umgang mit psychoaktiven Medikamenten
- Medikamentensucht/-abhängigkeit

Zu den relevanten psychoaktiven Medikamenten mit Abhängigkeitspotenzial gehören:

- opioidhaltige Schmerzmittel
- opioidhaltige Hustenmittel (insb. Codein und Dextromethorphan)
- Schlaf- und Beruhigungsmittel (Benzodiazepine, Barbiturate, Z-Medikamente)
- Anregungsmittel (Stimulanzien wie Dexamphetamin oder Ephedrin)
- Narkosemittel und Gase (z.B. Ketamin und Gamma-Hydroxybutyrat GHB)

Warum dieser Bericht?

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) sieht sich aufgrund von internationalen Entwicklungen und den bisher erfassten Zahlen in der Schweiz vermehrt mit der Frage konfrontiert, ob und inwiefern die Einnahme von psychoaktiven Medikamenten in der Schweiz problematisch ist.

Mit der Nationalen Strategie Sucht wurde die Grundlage geschaffen, nebst Massnahmen zu drogen-, alkohol- und tabakbedingten Suchtformen auch Massnahmen zu weiteren Suchtformen wie der Medikamentenabhängigkeit zu ergreifen. Die vorliegende Auslegeordnung soll dem BAG als Grundlage dienen, um über das weitere Vorgehen in diesem Bereich zu entscheiden.

Was umfasst der Bericht und worauf beruht er?

Die vorliegende Auslegeordnung beinhaltet die folgenden Aspekte:

- Klärung der Begrifflichkeiten
- Analyse der aktuellen Situation in der Schweiz
- Beurteilung der Public-Health-Relevanz und des Handlungsbedarfs

Das Inhaltsverzeichnis in Frageform erlaubt der eiligen Leserin/dem eiligen Leser eine schnelle Navigation zu den sie/ihn interessierenden Themen.

Als Grundlage für den Bericht diente eine Analyse von wissenschaftlicher und grauer Literatur, 16 Interviews mit Expertinnen und Experten sowie ein abschliessendes Expertenpanel.

Welche Hauptproblemfelder wurden identifiziert?

Konsum von Schlaf- und Beruhigungsmitteln durch Menschen ab 60

Schätzungen zufolge weisen in der Schweiz zwischen 200'000 und 400'000 Personen einen problematischen Gebrauch von Benzodiazepinen und Analoga auf. Frauen sind stärker betroffen als Männer und ältere Menschen stärker als jüngere.

Die Verschreibung von Schlaf- und Beruhigungsmitteln steigt mit zunehmendem Alter stark an, weil ältere Menschen öfters unter Schlafstörungen leiden. Gemäss Studien werden Benzodiazepine aber häufig zu lange eingenommen: Selbst bei kleinen Dosen kann sich bereits bei einer Einnahmedauer von mehr als zwei Wochen eine sogenannte Abhängigkeit im Niedrigdosisbereich bilden. Beim Absetzen des Medikaments kann es zu einem «Absetzeffekt» kommen. Das sind Entzugserscheinungen, die oft den Beschwerden ähneln, derentwegen die Medikamente verschrieben wurden. Sie führen häufig dazu, dass die Medikamente weiter oder erneut eingenommen werden.

Die gesundheitlichen Risiken eines Langzeitkonsums von Benzodiazepinen sind für ältere Menschen grösser als für jüngere Erwachsene, weil der Körper Medikamente langsamer abbaut und das Gehirn empfindlicher auf diese Medikamente reagiert. Bei einem regelmässigen Konsum von Benzodiazepinen können schwere Nebenwirkungen auftreten, u.a. kognitive Einschränkungen oder Gleichgewichtsstörungen, die zu einem erhöhten Sturzrisiko und damit potenziell zu Knochenbrüchen führen. Erschwerend kommt hinzu, dass diese Nebenwirkungen teils als Alterserscheinungen fehlinterpretiert werden.

Konsum opiathaltiger Schmerzmittel durch chronische Schmerzpatienten

Verschiedene Studien zeigen in den letzten Jahren eine deutliche Zunahme des Konsums opiathaltiger Schmerzmittel in der Schweiz. So konnte beispielsweise die Auswertung von Helsana-Krankenkassendaten für den Zeitraum zwischen 2006 und 2013 eine Zunahme bei den starken Opioiden um 121% feststellen, was mehr als einer Verdoppelung entspricht.

Trotz dem Anstieg wird in der Schweiz zurzeit nicht von einer Opioidkrise gesprochen. Die Zunahme wirft jedoch Fragen auf, da 80% der starken Opioide gemäss der genannten Studie auf der Basis von Helsana-Daten für die Behandlung nicht-krebsassoziierter, chronischer Schmerzen verwendet werden und in diesen Fällen unklar sei, inwiefern starke Opioide die Schmerzkontrolle effektiv verbessern.

Welche Empfehlungen werden gemacht?

Die beigezogenen Expertinnen und Experten stellen einen vielfältigen Handlungsbedarf fest. Mit Blick auf die identifizierten Hauptproblemfelder empfiehlt EcoPlan dem Bundesamt für Gesundheit in Zusammenarbeit mit den betreffenden Stakeholdern folgende Massnahmen prioritär umzusetzen:

- Sensibilisierung der älteren Menschen und der Gesundheitsfachpersonen in der Grundversorgung sowie in Pflegeheimen und Spitex-Organisationen für die Gefahren der Benzodiazepinabhängigkeit im Niedrigdosisbereich (Aufklärung alleine reduziert den Konsum bei älteren Menschen nachweislich)
- Studien zur Verschreibungspraxis bei Benzodiazepinen und opiathaltigen Schmerzmitteln durchführen und bei Bedarf die Erarbeitung von Verschreibungsrichtlinien unterstützen