



Guter Gebrauch von Schlaf- und Beruhigungsmitteln Informationsschreiben Ihres behandelnden Arztes

Sehr geehrte Damen und Herren,

Sie haben bereits mehrmals ein Rezept für das folgende Arzneimittel erhalten:

Daher ist es wichtig, dass Sie von einem Angehörigen der Gesundheitsberufe (z.B. Arzt oder Apotheker) begleitet werden, um die Anwendung zu beherrschen.

Dieses Arzneimittel, welches zur Gruppe der Schlaf- und Beruhigungsmittel gehört:



- Beseitigt nicht die Ursache Ihrer Schlaflosigkeit oder Angstzustände;
- Ist wirksam und gut verträglich, wenn es nur für kurze Zeit (einige Tage) angewendet wird;
- **Erzeugt eine Abhängigkeit**, wenn es zu regelmäßig konsumiert wird.

Langfristig gesehen gewöhnt sich der Körper schließlich dran:



- Die Wirkung des Arzneimittels nimmt allmählich ab.
- Das Risiko von Nebenwirkungen steigt: Verwirrtheit, Depression, Schläfrigkeit, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, Wachsamkeitsverlust, Verkehrsunfall oder Sturz, sexuelle Funktionsstörungen, ...

Möchten Sie ein Schlaf- oder ein Beruhigungsmittel, reduzieren oder stoppen? Es gibt Lösungen!



- **Vereinbaren Sie einen Termin mit Ihrem behandelnden Arzt.**
- Es ist wichtig, dies schrittweise und **unter ärztlicher Aufsicht** zu tun.
- Ein zu abruptes Absetzen kann zu Schlaflosigkeit, Angstzuständen oder Alpträumen führen.

Sind Sie abhängig, ohne es zu wissen?

- **Führen Sie den Selbstbewertungstest durch**
- Und besuchen Sie die Seite: <https://gd.lu/2MSvkk>



Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an mich.

Mit freundlichen Grüßen

Dr.

