



Wie funktioniert mein Medikament?

Der richtige Umgang mit
Methylphenidathydrochlorid



Meine ADHS-Diagnose

Dein Facharzt hat bei dir die

Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS)

festgestellt. Es kann auch sein, dass du schon seit längerem von deiner ADHS-Diagnose weißt.

In dieser Broschüre bekommst du hilfreiche Informationen über die ADHS und ihre medikamentöse Therapie.



Die medikamentöse ADHS-Therapie

Dein Facharzt hat dir ein Medikament mit dem Wirkstoff

Methylphenidathydrochlorid

verordnet. Abgekürzt wird Methylphenidathydrochlorid mit den drei Buchstaben MPH. Es ist für die Wirkung deines Medikaments zuständig.

Hier erfährst du, wie **MPH** bei einer ADHS wirkt und was du bei der Anwendung beachten musst.

Drei Fakten zu MPH:

MPH ist ein bewährter Wirkstoff für die **Behandlung der ADHS.**¹

MPH wird **seit über 60 Jahren** in der Behandlung der ADHS eingesetzt.¹

MPH ist in der Kinder- und Jugendmedizin **einer der am besten untersuchten Wirkstoffe.**²

1. Busardò FP et al. Curr Neuropharmacol. 2016; 14(1):17–27.

2. <https://www.adhs-infoportal.de/adhs-bei-kindern-und-jugendlichen/behandlung-der-adhs-br-multimodale-behandlung-was-ist-das/medikamentose-behandlung>; zuletzt aufgerufen 07/22.

Reizübertragung: 100 Milliarden Nervenzellen

Im Biologie- oder Sachkundeunterricht hast du sicher schon mal etwas über Nervenzellen gehört. Sie empfangen Informationen, die **Reize** genannt werden, von anderen Nervenzellen oder Organen, wie z. B. deinen Augen oder Ohren.

Die Information wird dann direkt oder über weitere Nervenzellen zum Gehirn gesendet. Das Gehirn sendet auch Informationen an den Körper, z. B. zu deinen Organen.

Wie erfährt dein Gehirn, wenn dir jemand eine Frage stellt?

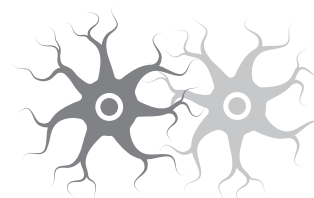
Solche Reize werden von Rezeptoren wahrgenommen und über Nervenzellen an das Gehirn gemeldet. Für die Weiterleitung des Reizes zwischen den Nervenzellen ist der Botenstoff Dopamin wichtig.



Du nimmst einen Reiz wahr, z. B. spricht jemand mit dir.



Nervenzellen



Die Nervenzelle nimmt den Reiz auf und leitet diesen zum Gehirn weiter.



Das Gehirn verarbeitet den Reiz.

Oh ja, da freue ich mich!



Du kannst auf den Reiz reagieren, z. B. auf eine Frage antworten.

Bei Menschen mit einer ADHS bleibt der Botenstoff Dopamin nicht lange genug im Spalt, um weitergeleitet zu werden. Der Botenstoff kehrt wieder in die Nervenzelle zurück. Das bedeutet, dass die Reize und Informationen nicht weitergeleitet werden.

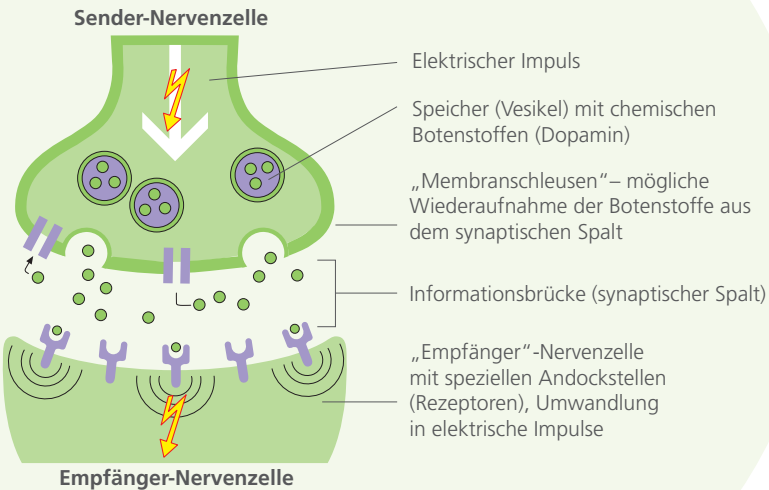
Du willst mehr erfahren?

Hier findest du Informationen und Videos über ADHS und die Wirkung deines Medikaments.

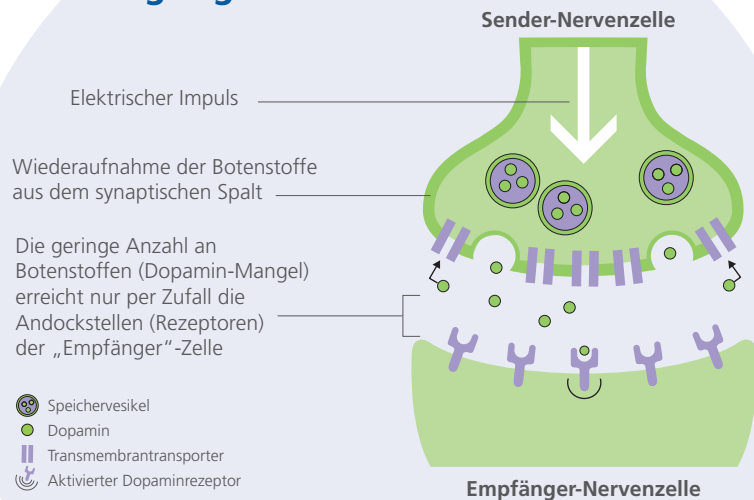
<https://bit.ly/3REdsrG>



Normale Reizübertragung



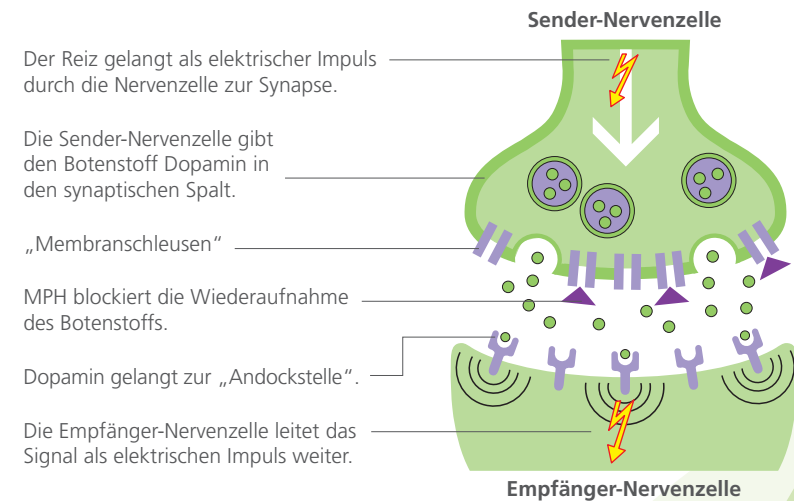
Reizübertragung bei ADHS



Wie funktioniert mein Medikament?

MPH kann dir helfen, deinen Alltag besser zu bewältigen, z. B. auf dem Schulweg besser aufzupassen oder im Unterricht aufmerksamer zu sein. Du hast bereits erfahren, dass bei Menschen mit einer ADHS nicht genug Dopamin im synaptischen Spalt ist. Das Dopamin ist der Botenstoff, der den Reiz zwischen den Nervenzellen durch den synaptischen Spalt leitet. Durch das MPH bleibt mehr Dopamin im synaptischen Spalt und ein Reiz kann zur Empfänger-Nervenzelle geleitet werden.

Doch wie funktioniert es genau?

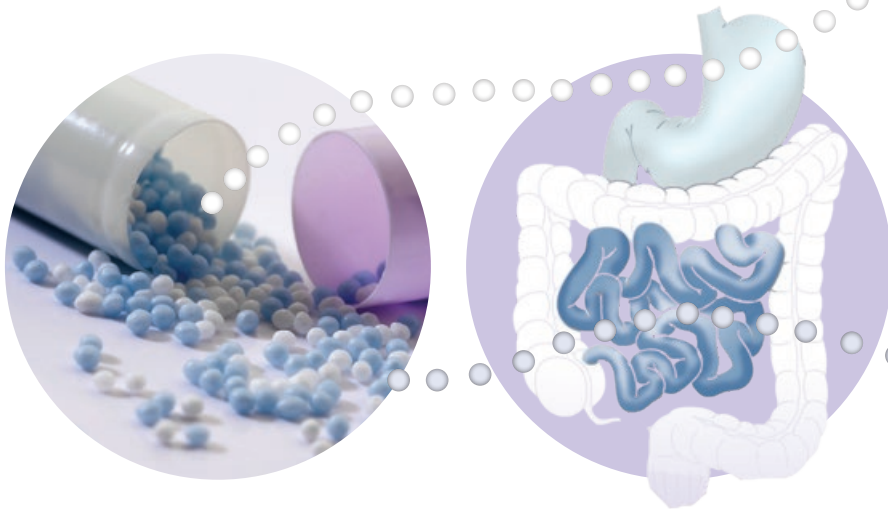


Was bedeutet „Retardierte Wirkung“?

Dein Medikament hat eine sogenannte **retardierte Wirkung**. Das ist eine „Langzeitwirkung“. Es kann **bis zu 8 Stunden** wirken.³ Nimmst du dein Medikament morgens ein, so wirkt es auch noch bis in den Nachmittag hinein.

Wie funktioniert das?

Hast du schon mal eine der Kapseln geöffnet? Wenn du dir den Inhalt anschaust, siehst du, dass der eine Teil weiße und der andere Teil blauen Kügelchen, die **Pellets** heißen, sind.



Die weißen Pellets (und auch die Kapsel) **lösen sich sofort** nach dem Runterschlucken in deinem Magen **auf**. Deshalb kann die Arznei in den weißen Pellets nun sehr schnell von deinem Körper aufgenommen werden, und man kann meistens schon **nach etwa einer halben Stunde** mit einer **Wirkung** rechnen.



Die blauen Pellets sind mit einer **Schutzschicht** überzogen, **die sich dem Magensaft widersetzt** und so verhindert, dass sie sich schon im Magen auflösen. Deshalb **wandern** sie langsam weiter bis **in deinen Dünndarm**. Das dauert meistens so etwa **drei bis vier Stunden**. Im Dünndarm angekommen, löst sich die blaue Schutzschicht dann aber rasch auf, und die Arznei kann nun ebenfalls wirken. **So erreicht man einen schnellen Wirkungseintritt, der mit einer verlängerten Wirkungsdauer verbunden ist.**



Als Team schaffen es die weißen und **blauen** Pellets, dass dein Medikament über den **gesamten Schultag*** wirkt.

3. ADHS: Methylphenidat mit Retardgalenik erleichtert Kindern den Tagesablauf; Dtsch Arztebl 2005; 102(16): A-1150.

* bis zu 8 Stunden

Wie nehme ich mein Medikament ein?

Wichtig: Mit oder nach dem Frühstück!

Bevor du dein Medikament nimmst, solltest du etwas gegessen haben.

3 Tipps zum Frühstück:

1 Früh aufstehen, entspannt starten.
Wer genug Zeit hat, frühstückt besser.

2 Keine Chance für Langeweile!
Bring Abwechslung ins Frühstück, z. B. mit frischem Obst, verschiedenen Brotsorten, Müsli und anderen Sachen, die du gerne magst.

3 Routine rockt (manchmal)!
Wenn du jeden Tag frühstückst und danach dein Medikament nimmst, vergisst du es nicht.

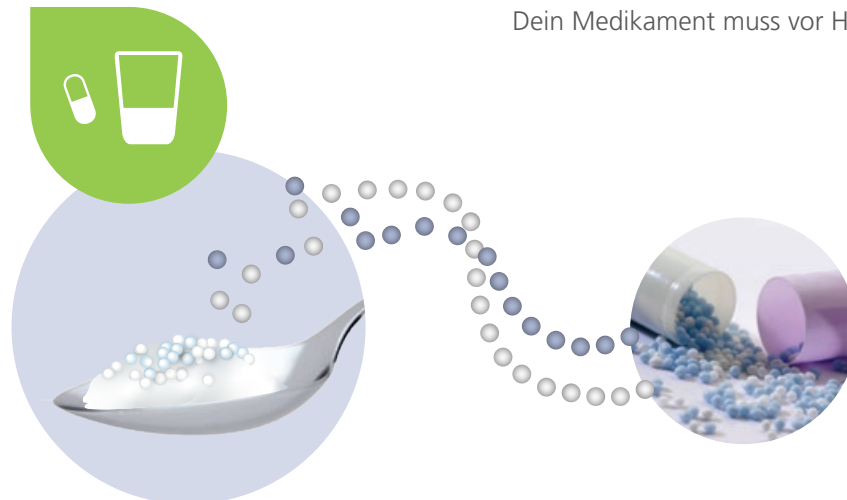


Du kannst die Kapsel mit etwas Flüssigkeit schlucken.
Die Kapsel darf aber nicht zerkaut werden.

Du magst die Kapsel nicht ganz schlucken?
Du hast bereits erfahren, dass dein Medikament aus vielen kleinen blauen und weißen Pellets besteht.

Mit leichten Dreh- und Ziehbewegungen kannst du sie öffnen, die kleinen Pellets auf einen Löffel mit **etwas Joghurt oder etwas Apfelmus** streuen und damit runterschlucken.

Die Pellets dürfen nicht zerkleinert oder zerkaut werden.



Was muss ich bei der Einnahme beachten?

Welche Menge MPH nehme ich?

Die Dosierung ist die Menge von einem Medikament, die jemand nimmt. Sie kann sich zwischen ADHS-Patienten unterscheiden und wird von deinem Arzt bestimmt. **Solltest du zur Wirkung oder Dosierung Fragen haben, sprich gerne mit deinem Arzt.**

Ich habe die Einnahme vergessen!

Das kann mal passieren. Deine Eltern sollten mit dir gemeinsam entscheiden, ob an diesem Tag noch eine Einnahme sinnvoll wäre. Falls nicht, verzichtest du einfach einmal auf das Medikament und nimmst es am nächsten Morgen wieder wie gewohnt ein.

Wichtig: Nie die doppelte Menge nehmen!

Wie bewahre ich mein Medikament auf?

Dein Medikament muss vor Hitze und Feuchtigkeit geschützt werden.

Diese Infobroschüre hat dir einen Überblick über dein Medikament mit dem Wirkstoff Methylphenidathydrochlorid (MPH) gegeben.

Vielleicht hast du schon eine Weile die Diagnose ADHS oder bist bereits ein ADHS-Profi und sehr gut informiert. Falls du noch nicht so viel weißt oder einfach noch mehr rund um die ADHS erfahren willst, findest du durch das Scannen des QR-Codes weitere Informationen.

Oder du fragst deinen Arzt nach weiteren Infobroschüren.



adhs-infoportal.de

