



Leicht Lesen

Eisen-Tabletten: Fragen und Antworten

Diese Information ist für Menschen,
die vor einer großen Operation Eisen-Tabletten nehmen sollen.
Diese Information gibt Antworten auf alle Fragen zu Eisen-Tabletten.

Warum müssen Sie Eisen-Tabletten nehmen?

Ihre Untersuchung hat gezeigt, dass Sie Anämie haben.
Anämie ist ein Fach-Ausdruck für Blut-Armut.
Anämie bedeutet:

- Im Blut ist wenig Blut-Farbstoff enthalten.
- Im Blut sind wenig rote Blut-Zellen enthalten.

Die roten Blut-Zellen versorgen den Körper mit Sauerstoff.
Der Körper braucht den Sauerstoff ganz dringend.
Bei einer Anämie hat der Körper zu wenige rote Blut-Zellen.

Der Grund für Ihre Anämie kann sein,
dass Ihr Blut zu wenig Eisen enthält.

Man nennt das Eisen-Mangel.

Vor einer großen Operation ist es besonders wichtig,
dass genug Eisen in Ihrem Blut ist.

Wie wird Eisen-Mangel behandelt?

Bei Eisen-Mangel müssen Sie Ihrem Körper Eisen geben.

Das ist vor allem vor großen Operationen notwendig.

Eisen gibt es

- als Tabletten zum Schlucken
- oder als Infusion in die Vene.

Eisen hilft zwar gegen die Anämie.

Es ist aber auch wichtig zu wissen,

was der Grund für den Eisen-Mangel ist.

Manche Menschen haben zum Beispiel kleine Verletzungen im Darm.

Bei einer genauen Untersuchung sieht die Ärztin oder der Arzt die Verletzungen und kann sie behandeln.

Diese Untersuchung heißt Magen-Darm-Spiegelung.

Wie wirken Eisen-Tabletten?

Die Eisen-Tabletten lösen sich im Magen und im Darm auf.

So kann der Körper das Eisen aufnehmen

und wieder genug rote Blut-Zellen bilden.

Das dauert aber einige Wochen.

Erst wenn genug rote Blut-Zellen vorhanden sind,

ist der Körper fit für eine Operation.

Denn dann braucht der Mensch kein oder nur wenig fremdes Blut während der Operation.

Kann Ihr Körper Eisen speichern?

Der Körper kann Eisen speichern.

Das heißt, er kann Eisen als Reserve halten.

Wenn man bei einer Operation stark blutet,
kann der Körper diese Reserven nutzen.

Auch nach der Operation kann der Körper schneller
neue rote Blut-Zellen bilden.

Das ist wichtig,

damit man sich schnell erholt und schnell wieder gesund wird.

Wie lange müssen Sie die Eisen-Tabletten nehmen?

Sie müssen die Eisen-Tabletten einige Wochen lang nehmen.

Nach ungefähr 4 bis 8 Wochen gibt es wieder einen Blut-Test.

Der Blut-Test zeigt, ob sich genug rote Blut-Zellen gebildet haben.

Und ob die Reserven voll genug sind.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt sagt Ihnen dann,

ob Sie die Eisen-Tabletten weiter nehmen müssen oder nicht.

Manchmal ist auch eine Pause notwendig.

Hilft Ihnen eine besondere Diät?

Einige Lebensmittel enthalten Eisen.

Vor einer Operation dauert es aber zu lange,

bis Ihr Körper nur aus dem Essen genug Eisen bekommt.

Sie können aber zusätzlich zu den Eisen-Tabletten vieles essen,
was Eisen enthält.

Das hilft auch nach der Operation.

Welche Eisen-Tabletten sollen Sie nehmen?

Bitte, nehmen Sie genau die Eisen-Tabletten,
die auf Ihrem Rezept stehen.

Es gibt auch Eisen-Tabletten und Eisen-Tropfen,
die Sie ohne Rezept bekommen.

Aber diese Mittel enthalten oft nicht genug Eisen!

Wie müssen Sie die Eisen-Tabletten nehmen?

Bitte nehmen Sie die Eisen-Tabletten genau so, wie Ihre Ärztin oder Ihr Arzt sagt. Das steht auch auf dem Rezept.

Ihr Körper kann das Eisen am besten aufnehmen, wenn Ihr Magen und Ihr Darm leer sind. Deshalb sollten Sie die Eisen-Tabletten

- entweder 1 Stunde vor dem Essen
- oder 2 Stunden nach dem Essen

nehmen.

Nehmen Sie die Eisen-Tabletten mit einem Schluck Wasser oder Saft. Nehmen Sie die Eisen-Tabletten **nicht** mit Tee, Kaffee, Cola, Kakao oder Rotwein.

Denn mit diesen Getränken kann Ihr Körper das Eisen schlecht aufnehmen.

Manche andere Medikamente sollen nicht gleichzeitig mit Eisen-Tabletten genommen werden, zum Beispiel

- Medikamente zum Schutz für den Magen
- Calcium
- Hormone für die Schilddrüse
- Antibiotika
- manche Medikamente gegen Osteoporose
- manche Medikamente gegen Parkinson-Krankheit

Haben Eisen-Tabletten Nebenwirkungen?

Eisen-Tabletten sind einfach zu nehmen.

Eisen-Tabletten haben nur ganz wenige Nebenwirkungen.

Durch Eisen-Tabletten wird der Kot schwarz.

Das ist ganz normal und nicht gefährlich.

Manche Menschen bekommen von den Eisen-Tabletten

- Übelkeit
- Bauchschmerzen
- Verstopfung
- Durchfall

Meistens verschwinden diese Nebenwirkungen, sobald sich Ihr Körper an das Eisen gewöhnt hat.

Es kann auch helfen,

wenn Sie die Eisen-Tabletten spät am Abend nehmen.

Oder wenn Sie die Eisen-Tabletten gleichzeitig mit dem Essen nehmen.

Gegen Verstopfung hilft auch,

wenn Sie viel trinken und viele Ballaststoffe essen.

Wenn Sie andere oder schwere Nebenwirkungen spüren, sagen Sie das, bitte, Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wird dann vielleicht

- andere Eisen-Tabletten verschreiben
- weniger Eisen-Tabletten verschreiben
- am Anfang weniger Eisen-Tropfen verschreiben und später wieder mehr Eisen-Tropfen.

Wenn Sie trotzdem weiterhin Nebenwirkungen spüren,

können Sie Eisen auch mit einer Infusion durch die Vene bekommen.

Was kosten Eisen-Tabletten?

Eisen-Tabletten kosten wenig.

Bei Anämie aufgrund von Eisen-Mangel zahlt die Krankenkasse Ihre Eisen-Tabletten.

Haben Sie noch Fragen?

Wenn Sie weitere Fragen haben, besprechen Sie diese Fragen mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

Erklärungen

Infusion

Bei einer Infusion wird eine Flüssigkeit direkt in das Blut gebracht. Dafür wird eine Ader geöffnet und ein dünnes Röhrchen eingeführt. Durch dieses Röhrchen kann die Flüssigkeit langsam in das Blut tropfen.

Antibiotika

Medikamente gegen Krankheiten, die durch Bakterien entstehen. Bakterien sind winzige Lebewesen. Bakterien werden durch Ansteckung übertragen, zum Beispiel beim Atmen, beim Essen oder beim Sex.

Osteoporose

Eine Krankheit, die die Knochen schwächer macht. Die Knochen brechen dann leichter.

Parkinson-Krankheit

Eine Krankheit der Nerven, die auf die Muskeln wirkt. Dabei kommt es entweder zu starren Muskeln oder aber zu heftigem Zittern der Muskeln.

Nebenwirkungen

Medikamente können Schmerzen leichter machen oder Krankheiten heilen. Manchmal führt das aber dazu, dass andere Organe schmerzen oder krank werden. Das nennt man Nebenwirkungen.

Ballaststoffe

Teile in der Nahrung, die der Körper nicht verdauen kann. Ballaststoffe sind wertvoll und wichtig, damit Magen und Darm gut arbeiten können.