

„Die Medikamente helfen mir endlich zur Ruhe zu kommen.“

„Ich will bestimmen, wer mich zum Arzt begleitet.“

„Ich wollte die Medis absetzen, um zu spüren, ob ich es auch ohne sie schaffe.“



MEDIKAMENTE IN DER KINDER- UND JUGENDHILFE

DEINE RECHTE



WIE DIR DIESE BROSCHÜRE HELFEN KANN ...

SCHÖN, DASS DU SIE IN DER HAND HÄLTST.



In der Broschüre findest du:

- Informationen rund um Medikamente in der Kinder- und Jugendhilfe
- Hinweise auf deine Rechte im Zusammenhang mit Medikamenten

Unser Ziel ist es, dir deine Rechte aufzuzeigen. Um deine Rechte einzufordern, kann es hilfreich sein, mit anderen zu sprechen.

Das Wichtigste ist: Medikamente sollen **dir** helfen!

Doch was sind eigentlich Medikamente?

Vielleicht denkst du jetzt an Ibus, an die Pille, an Hustensaft oder auch an Medikamente für psychische Erkrankungen. **Das ist alles richtig.**



- Diese Broschüre nimmt **alle Medikamente in den Blick** – grundlegende Informationen findest du am Anfang.
- Danach gibt es Wissen zu wichtigen Dingen wie **Beteiligte, Besuch bei Ärzt*innen, Entscheidung über Medikamente, Einnahme ...**
- Im Teil „Schwierigkeiten“ zeigen wir dir, **was du tun kannst und mögliche Anlaufstellen.**
- Im Teil „Erleben“ erfährst du, **wie andere in der Kinder- und Jugendhilfe Medikamente wahrnehmen.** Das machen wir mit Bildern, die dich zum Nachdenken und Miteinandersprechen einladen.
- Ein **Überblick über deine Rechte** steht am Ende.

GESUNDHEIT IST MEHR ALS MEDIKAMENTE

OB JEMAND MEDIKAMENTE NIMMT, NEHMEN MÖCHTE ODER NICHT, DAS KANN GANZ VERSCHIEDEN SEIN.

Das hat oft mit der jeweiligen Krankheit zu tun. Es kann aber auch damit zu tun haben, wie man den Umgang mit Medikamenten selbst kennengelernt hat. Und ob die Menschen um einen herum auch Medikamente nehmen oder eher nicht.

Es gehört zum Leben von vielen Menschen, dass sie Medikamente nehmen. Medikamente machen dich als Mensch nicht schlechter oder besser. Sie können dir helfen.

Aber es kann auch sein, dass du dich mit dem Medikament unwohl fühlst und dass du das Medikament nicht nehmen möchtest – **das weißt nur du!**

WICHTIG: GESUNDHEIT IST MEHR ALS MEDIKAMENTE.

Bewegung und gesunde Ernährung helfen häufig, um sich wohlzufühlen. Auch Freundschaften und schöne Freizeitaktivitäten können wichtig sein. Verschiedene Therapien können deine psychische Gesundheit positiv beeinflussen.

Wichtig ist, dass du deinen Weg findest und spürst, was dir guttut!



Lesetipp: Du musst die Broschüre nicht von vorne nach hinten durchlesen, sondern lies einfach das, was dich interessiert. Auf den nächsten Seiten findest du einen kurzen Überblick zu verschiedenen Begriffen.

Und nun: Viel Freude beim Lesen, Nachdenken und Diskutieren!

WICHTIGE BEGRIFFE AUF EINEN BLICK

DAMIT DU BESCHIED WEISST

A Anamnese ist der Teil der ärztlichen Untersuchung, wo du befragt und untersucht wirst.

» *Besuch bei Ärzt*innen* » S. 12 & 13

Aufklärung bezeichnet die Information von Ärzt*innen an dich und deine Sorgeberechtigten, welche Wirkungen, Nebenwirkungen und Langzeitfolgen ein Medikament haben kann.

» *Besuch bei Ärzt*innen* » S. 12 & 13

Auslassversuch bezeichnet das Weglassen des Medikaments, um zu prüfen, ob es noch nötig ist – besprich dich dazu mit deinen Ärzt*innen.

» *Dauer- oder Bedarfsmedikament* » S. 15

D Diagnose bedeutet, dass der*die Ärzt*in feststellt, welche Krankheit du hast.

» *Besuch bei Ärzt*innen* » S. 12 & 13

Dosierung ist die Menge eines Medikaments, die du einnehmen sollst.

» *Besuch bei Ärzt*innen* » S. 12 & 13

E Einschleichen, Ausschleichen bezeichnet das langsame Erhöhen oder Verringern der Medikamentendosis, um den Körper daran zu gewöhnen.

» *Dauer- oder Bedarfsmedikament* » S. 15

Einwilligungsfähigkeit bedeutet, dass ein Mensch eine medizinische Behandlung verstehen kann und selbst entscheiden kann, ob er damit einverstanden ist.

» *Deine Entscheidung* » S. 16 & 17

Erziehungsberechtigte (Pflegeeltern, Betreuer*innen in der Wohngruppe)

sind für dich in allen Alltagsfragen verantwortlich.

» *Beteiligte* » S. 8 & 9

N Nebenwirkungen sind die ungewollten Veränderungen im Körper, die ein Medikament erzeugen kann.

» *Wirkungen und Nebenwirkungen* » S. 14

S Schweigepflicht bedeutet, dass Ärzt*innen persönliche Informationen über Patient*innen nicht ohne Erlaubnis weiterzählen dürfen.

» *Besuch bei Ärzt*innen* » S. 12 & 13

Sorgeberechtigte (Eltern, Vormund*innen, Ergänzungspfleger*innen) sind für dich in allen Fragen verantwortlich, die eine besondere Auswirkung auf dein Leben haben.

» *Beteiligte* » S. 8 & 9

Spiegelmedikamente bauen im Körper eine immer gleiche Menge des Medikaments auf und müssen deshalb ein- und ausgeschlichen werden.

» *Dauer- oder Bedarfsmedikament* » S. 15

W Wirkstoff gibt an, was das Medikament machen kann.

» *Medikamente im Überblick* » S. 8 & 9

Wirkungen sind die Veränderungen im Körper, die ein Medikament erzeugen kann. Dazu gehören sowohl die gewollten, als auch die ungewollten Nebenwirkungen.

» *Wirkungen und Nebenwirkungen* » S. 14

MEDIKAMENTE IM ÜBERBLICK:

WAS GIBT ES EIGENTLICH?

ES GIBT VIELE UNTERSCHIEDLICHE MEDIKAMENTE. DAS KANN ZIEMLICH VERWIRREND SEIN.

Deswegen erklären wir hier verschiedene Medikamente und Begriffe, die damit zusammenhängen.

NAME UND WIRKSTOFF

VON MEDIKAMENTEN

Jedes Medikament hat einen Namen und einen Wirkstoff. Der Wirkstoff bezeichnet die Substanz, die heilt, während der [Präparate-] Name das Produkt einer bestimmten Firma kennzeichnet. So kommt es, dass Medikamente verschiedene Namen haben können, aber den gleichen Wirkstoff.



WIRKSTOFFGRUPPEN

Schmerzmittel und Fiebersenker helfen, wenn man starke Schmerzen hat oder Fieber bekommt. Sie wirken im Körper so, dass Schmerzen weniger stark wahrgenommen werden und die Temperatur sinkt.

Verhütungsmittel sollen Schwangerschaften verhindern. Manche wirken über Hormone, die den Zyklus beeinflussen, andere funktionieren ohne Hormone.

Psychopharmaka werden eingesetzt, wenn bestimmte psychische Erkrankungen vorliegen und andere Maßnahmen allein nicht genug helfen. Sie verändern, wie bestimmte Botenstoffe im Gehirn arbeiten.

- **Stimulanzien** können bei ADHS helfen
 - ▶ haben eventuell ein Suchtpotenzial
- **Neuroleptika/Antipsychotika** werden bei psychotischen Erkrankungen eingesetzt
 - ▶ können zu Gewichtszunahme, Zuckungen und Problemen bei der Sexualität führen, manche können auch müde machen
- **Antidepressiva** können bei Depressionen, posttraumatischen Belastungsstörungen, Angst- sowie Zwangserkrankungen hilfreich sein, besonders häufig kommen dabei Serotoninwiederaufnahme-Hemmer zum Einsatz.
- **Benzodiazepine/Anxiolytika** können in plötzlichen Stresssituationen die Anspannung reduzieren
 - ▶ sind aufgrund ihrer Suchtwirkung und Langzeitfolgen nur in außergewöhnlichen Bedarfsmomenten einzusetzen

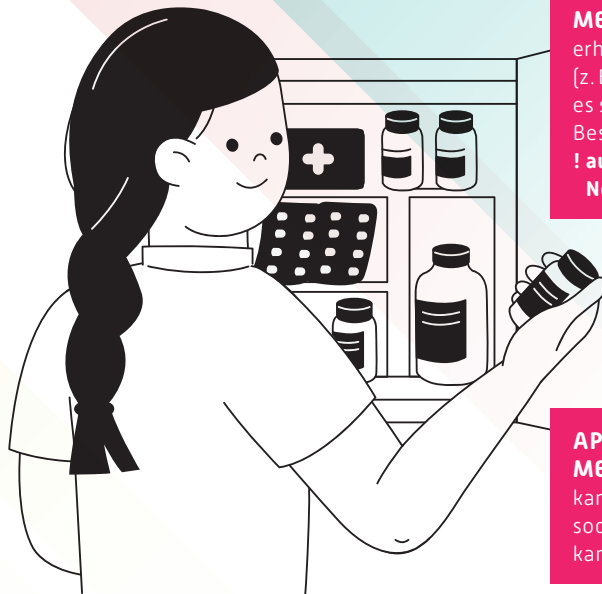
Antibiotika helfen bei bakteriellen Infektionen – nicht bei Viren.

Hormontherapien nehmen Einfluss auf die Produktion der Geschlechtshormone Östrogen und Testosteron.

Medikamente für Atemwege werden bei Asthma oder starker Erkältung eingesetzt.

Medikamente für Magen und Darm helfen bei Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen, Durchfall oder Verstopfung.

Antiallergika kommen zum Einsatz, wenn der Körper auf Dinge wie Pollen, Tierhaare oder bestimmte Lebensmittel überreagiert. Sie können Juckreiz, Niesen oder Hautausschläge mindern.



ZUGANG ZU MEDIKAMENTEN

FREIVERKÄUFLICHE MEDIKAMENTE

erhältst du auch außerhalb von Apotheken (z. B. in Drogeriemärkten). Dabei handelt es sich meist um Medikamente für leichte Beschwerden (z. B. Arzneitees).

! auch pflanzliche Arzneimittel können Nebenwirkungen haben

APOTHEKENPFLICHTIGE MEDIKAMENTE

kannst du nur in der Apotheke bekommen, sodass du zur Einnahme beraten werden kannst (z. B. Ibuprofen).

VERSCHREIBUNGSPFLICHTIGE MEDIKAMENTE

haben meist stärkere Wirkungen und Risiken, sodass du sie nur mit einem ärztlichen Rezept in der Apotheke bekommst.

BETEILIGTE UND IHRE ROLLEN:

WER ENTSCHEIDET MIT?

**OB DIR MEDIKAMENTE HELFEN KÖNNEN, IST EINE SCHWIERIGE FRAGE.
VIELLEICHT BIST DU DIR AUCH SELBST NICHT IMMER SICHER.
DANN KANN ES HELFEN MIT MENSCHEN ZU SPRECHEN, DENEN DU VERTRAUST.**

**AN DER ENTSCHEIDUNG FÜR ODER GEGEN MEDIKAMENTE
SIND VERSCHIEDENE MENSCHEN BETEILIGT:**

Du

sollst selbstverständlich im Mittelpunkt stehen. Wenn du das Gefühl hast, dass es nicht so ist, dann stimmt etwas nicht! Die Erwachsenen müssen dir zuhören. Sie müssen deine Meinung einbeziehen. Wenn sie eine andere Sichtweise haben, heißt das nicht, dass sie besser Bescheid wissen! Niemand kann von außen einschätzen, wie stark beispielsweise Schmerzen sind.

Sorgeberechtigte (Eltern, Vormund*innen, Ergänzungspfleger*innen)

sind für dich in allen Fragen verantwortlich, die eine besondere Auswirkung auf dein Leben haben. Dazu gehört auch die Frage von Medikamenten. Wenn Ärzt*innen also Medikamente vorschlagen, dann musst du gemeinsam mit deiner*m Sorgeberechtigten darüber sprechen, ob du das Medikament nehmen möchtest. Ihr wägt gemeinsam ab, wobei das Medikament helfen kann und welche Folgen es haben kann. Die Sorgeberechtigten tragen die rechtliche Verantwortung für die Entscheidung.

Erziehungsberechtigte (Pflegeeltern, Betreuer*innen der Wohngruppe)

sind für dich in allen Alltagsfragen verantwortlich. Sie haben die Entscheidungsberechtigung bei alltäglichen Angelegenheiten, das heißt, sie dürfen Alltagsmedikamente (wie eine Schmerztablette o.Ä.) mit dir gemeinsam entscheiden. Bei anderen Medikamenten dürfen sie nicht entscheiden, sollen dir aber helfen zu überlegen, was Möglichkeiten wären, wenn es dir nicht gut geht. Sie sollen dir beratend zur Seite stehen.



Ärzt*innen

sollen dir zunächst zuhören, wie es dir geht. Sie sprechen mit dir und untersuchen dich. Sie sollen dir helfen, besser zu verstehen, wie es dir geht. Sie machen Vorschläge, was dir helfen könnte. Ein Medikament kann ein Vorschlag sein, wie es dir bessergehen könnte. Das ist aber erst mal nur ein Vorschlag (auch wenn es vielleicht anders klingt!). Die Entscheidung, ob du das möchtest, triffst du gemeinsam mit deinen Sorgeberechtigten (Eltern bzw. Vormund*in). Ärzt*innen müssen dich immer auch über Wirkungen, Nebenwirkungen und Langzeitwirkungen des Medikamentes informieren.

Therapeut*innen

sollen dir im Umgang mit deiner Krankheit und deinem Wohlbefinden helfen. Dabei gibt es ganz verschiedene Formen der Therapie. Du sollst herausfinden, was dir guttut und hilft. Therapeut*innen entscheiden bei Medikamenten nicht mit. Sie können dich aber beraten, damit du eine gute Entscheidung treffen kannst.

Rechtsgrundlagen, die dir helfen können:

- » § 1789 BGB: Vormund*innen, Ergänzungspfleger*innen
- » § 1688 BGB: alltägliche Angelegenheiten

Du kannst nur selbst wissen, wie es dir geht und wie du dich fühlst.

Du hast das Recht auf deine Sichtweise, auch wenn diese anders ist als von Vormund*innen, Betreuer*innen oder Ärzt*innen!

Hilfreich ist, mit den anderen zu sprechen und gemeinsam eine gute Lösung zu finden!

Wenn nicht alle einer Meinung sind, dann lies weiter unter: Deine Entscheidung!?

- » S. 16 & 17

MEDIKAMENTE IM HILFEPROZESS:

DEINE RECHTE!

WENN DU MEDIKAMENTE NIMMST UND IN EINER WOHNGRUPPE ODER PFLEGEFAMILIE LEBST, DANN KANN ES GUT SEIN, ÜBER DIE MEDIKAMENTE AUCH IM RAHMEN VON HILFEPLANUNG ZU SPRECHEN. DABEI IST WICHTIG, WIE ES DIR GEHT UND WAS DU MÖCHTEST.

Recht auf Hilfeplangespräche

Im Hilfeplangespräch soll es um deine Lebenssituation, deine Hilfe und deine Ziele gehen. Auch deine Gesundheit ist Teil davon. Das Hilfeplangespräch kann ein guter Ort sein, um gemeinsam über Medikamente nachzudenken. Es kann aber auch sein, dass du das als keinen guten Ort empfindest, weil dir das Thema zu intim ist. Auch das ist völlig in Ordnung. Prüfe also, was du brauchst!

Wichtig ist, dass du dich wohlfühlst. Du sollst deine Gedanken einbringen können. Dir muss zugehört werden. Wenn du möchtest, bereite das Hilfeplangespräch mit jemandem zusammen vor. Du kannst auch jemanden zum Hilfeplangespräch mitnehmen, der*die dir guttut!

Recht auf gute Dokumentation

In Wohngruppen und Pflegefamilien wird dokumentiert, welche Medikamente du einnimmst, welche Allergien du hast usw. Das ist für die akute Behandlung notwendig. Du hast aber auch das Recht später nachzuvollziehen, welche Medikamente du mal bekommen hast. Du darfst diese Dokumentation sehen, wenn du das magst und wenn du umziehst, kannst du deine Medikamentenberichte mitnehmen.

Recht auf Akteneinsicht

Du hast auch nach der Beendigung deiner Jugendhilfe das Recht deine Akte im Jugendamt zu sehen. Auch hier solltest du erfahren können, welche Medikamente du wann genommen hast.



WEITERE INFOS: in der Broschüre „Deine Rechte im Hilfeplanverfahren“

Recht auf Selbstständigkeit

Es ist wichtig, auch im Bereich Gesundheit und Medikamente Selbstständigkeit zu erlernen. Dabei kann es zum Beispiel darum gehen: Wie vereinbarst du einen Arzttermin, welche Fragen stellst du dort, warum ist der Beipackzettel wichtig, wo bewahrst du die Medikamente auf? Aber vor allem: Wie geht es dir mit dem Medikament und wann brauchst du beispielsweise ein Bedarfsmedikament?

Vieles kannst du bestimmt schon, anderes kannst du noch lernen und sollst dabei begleitet werden! Sprich mit deinen Betreuer*innen oder Pflegeeltern. Überlegt, welche Möglichkeiten es gibt, Selbstständigkeit für Medikamente zu erlangen und auszuprobieren.

Wer hat das Recht, was zu wissen?

Sozialpädagog*innen unterliegen der sogenannten Schweigepflicht. Am besten ihr besprecht, was bei Ärzt*innen gesagt werden soll und was nicht. Auch darfst du entscheiden, wer sonst von deinen Medikamenten erfahren soll und wer nicht (z. B. Lehrer*innen).

Wichtig dabei ist: Die Schweigepflicht gilt nur, wenn du dadurch nicht in Gefahr gerätst.

Rechtsgrundlagen, die dir helfen können:

- » § 36 SGB VIII: Hilfeplangespräch
- » § 25 SGB X: Recht auf Akteneinsicht
- » § 203 Strafgesetzbuch: Schweigepflicht



BESUCH BEI ÄRZT*INNEN:

WAS IST ZU BEACHTEN?

Welches ist der*die richtige Fachärzt*in?

Es gibt bei Ärzt*innen viele verschiedene Expert*innen. Es kann gut sein zu überlegen, ob du mit deinem Anliegen bei dem*r richtigen Ärzt*in bist. Allgemeinärzt*innen sind die erste Anlaufstelle. Sie können dir helfen, die richtigen Expert*innen zu finden.

Wer soll dein*e Ärzt*in sein?

Du darfst entscheiden, zu welcher*m Ärzt*in du gehst! Das ist wichtig, damit eine Vertrauensbeziehung entstehen kann. Das heißt, du musst nicht zu den Ärzt*innen gehen, die mit deiner Wohngruppe zusammenarbeiten. Wenn du merkst, dass du dich bei einer*m Arzt*Ärztin nicht richtig wohlfühlst, dann ist es hilfreich, das anzusprechen. Es kann sich lohnen, den*die Ärzt*in zu wechseln.

Soll dich jemand zum*r Ärzt*in begleiten und wenn ja, wer?

Wenn du es hilfreich findest, dann nimm jemanden mit zum*r Ärzt*in. Es ist auch möglich deine Begleitperson bei bestimmten Fragen, die du mit dem*der Ärzt*in alleine besprechen magst, aus dem Behandlungszimmer zu bitten. Ob dich ein*e Ärzt*in auch behandelt, wenn du alleine kommst, liegt an deiner Einwilligungsfähigkeit.

Wichtige Ausnahme: Bei Gewalt hast du ein Recht, ohne Wissen deiner Erziehungs- oder Sorgeberechtigten zur*m Ärzt*in zu gehen und behandelt zu werden.

Der Ablauf bei Ärzt*innen ist fast immer gleich:

Befragung: Zuerst fragen Ärzt*innen nach dem Grund für deinen Besuch, die sogenannten Symptome. Sie wollen wissen, wann und wie alles angefangen hat. Sie fragen auch, was du schon gemacht hast, damit es dir wieder besser geht.

Untersuchung: Dann werden sie verschiedene Untersuchungen durchführen. Das können körperliche Untersuchungen sein oder Gespräche und Fragebögen.

Diagnose: Ärzt*innen benennen die Krankheit. Sie erklären dir dann diese Diagnose.

Aufzeigen von Behandlungsmöglichkeiten: Ärzt*innen sagen dir verschiedene Möglichkeiten, wie es dir besser gehen könnte. Dabei orientieren sie sich an sogenannten Behandlungsleitlinien, die zusammentragen, was bei welcher Erkrankung hilfreich sein kann.

Wichtig: Ärzt*innen machen dir nur einen Vorschlag, was hilfreich sein könnte. Gemeinsam mit deinen Sorgeberechtigten und Menschen, die dich unterstützen, entscheidest du, ob du den Vorschlag annimmst.

Aufklärung: Ärzt*innen müssen dir und deinen Sorgeberechtigten erklären, wie die vorgeschlagenen Medikamente wirken, was also die Medikamente in deinem Körper machen. Dabei müssen sie auch die nicht gewollten Wirkungen (die Nebenwirkungen) erklären. Auch über Langzeitfolgen müssen sie informieren. Ärzt*innen müssen darauf achten, dass du alles verstehst. Du musst die Möglichkeit zum Nachfragen haben.

Weiterbehandlung: Wenn du dich gemeinsam mit deinen Sorgeberechtigten entscheidest, ein Medikament zu nehmen, werden Ärzt*innen dich dabei begleiten, die richtige Dosierung zu finden. Nötige Anpassungen bespricht ihr gemeinsam. Dafür gibt es immer wieder Kontrolltermine.

AUSSERDEM: WENN ALLES ANDERS KOMMT ALS GEPLANT, KANNST DU DEN TERMIN BEI EINER ÄRZT*IN AUCH VERSCHIEBEN.

Ärztliche Zweitmeinung

Wenn du unsicher bist, was du von der ärztlichen Empfehlung hältst, kann es hilfreich sein, noch zu einer*m andere*n Ärzt*in zu gehen und auch deren oder dessen Meinung zu hören.

Ärztliche Schweigepflicht

Ärzt*innen sind Vertrauenspersonen. Das heißt, sie dürfen das, was ihr miteinander bespricht, nicht einfach deinen Bezugspersonen oder anderen Menschen erzählen. Sie unterliegen der Schweigepflicht, es sei denn, dein Wohl ist gefährdet. Am besten ihr vereinbart miteinander, was wem gesagt werden darf.

Grundsätzlich muss der*die Ärzt*in bei jungen Menschen die ärztliche Schweigepflicht auch gegenüber den Sorgeberechtigten einhalten. Voraussetzung ist aber, dass der*die Ärzt*in den Eindruck hat, dass du die nötige Reife und Einsicht hast, das Besprochene wirklich zu verstehen. Bei schweren Erkrankungen, der Notwendigkeit einer Behandlung mit erheblichen Nebenwirkungen oder starken psychischen Problemen wird der*die Ärzt*in in der Regel die Informationen zu deinem Schutz auch mit deinen Sorgeberechtigten teilen.

Elektronische Patient*innenakte

Wenn du gesetzlich versichert bist, dann hast du automatisch eine elektronische Patient*innenakte (ePA). In dieser digitalen Akte werden deine zentralen medizinischen Daten gespeichert, wie beispielsweise Medikamentenpläne, Diagnosen und Arztbriefe. Wenn du das nicht möchtest, musst du schriftlich bei deiner Krankenkasse widersprechen. Der Nachteil einer elektronischen Patientenakte ist, dass alle medizinischen Informationen über dich dort gespeichert werden und dass du das nicht selbst auswählen kannst. Gleichzeitig ist das der große Vorteil: Alle Dokumente und Daten sind dort gespeichert und jede*r Ärzt*in kann darauf zugreifen.

Rechtsgrundlagen, die dir helfen können:

- » § 76 SGB V: Freie Arztwahl
- » § 203 Strafgesetzbuch: Schweigepflicht



WIRKUNGEN UND NEBENWIRKUNGEN: GUT ZU WISSEN!

Alle Medikamente haben gewollte Wirkungen und ungewollte Wirkungen (Nebenwirkungen). Aber die Nebenwirkungen treten nicht immer auf. Sie sind im Beipackzettel angegeben.

Recht auf Informationen zu Wirkungen und Nebenwirkungen

Ärzt*innen müssen dich über Wirkungen und Nebenwirkungen (und wenn bekannt, auch Langzeitwirkungen) von Medikamenten informieren. Die Information muss so sein, dass du sie verstehst. Lass dich dabei nicht einschüchtern, wenn du es nicht gleich verstehst, sondern frag nach!

Die Beipackzettel sind meistens sehr kompliziert formuliert. Darum müssen Ärzt*innen dir alles erklären. Auch deine Bezugspersonen sind dafür da!

Wirkungen und Nebenwirkungen beobachten

Zu Beginn einer medikamentösen Behandlung ist es sehr wichtig, gut darauf zu achten, wie es dir geht. Du spürst am besten, was sich durch das Medikament verändert und ob diese

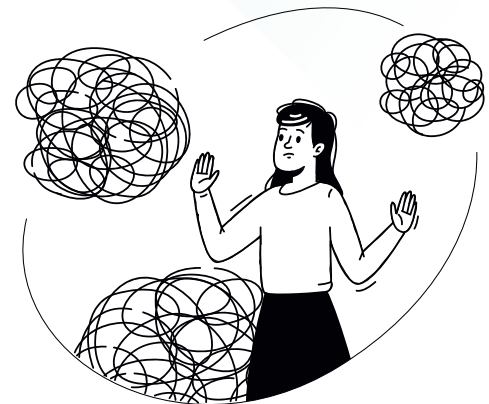
Veränderung positive Wirkungen sind oder negative Nebenwirkungen.

Tipp: Hilfreich sind Beobachtungsbögen, wenn du ein neues Medikament einnimmst, damit du selbst und auch deine Bezugspersonen dokumentieren können, was sich verändert.

Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten sowie Alkohol, Marihuana und Co.

Manche Medikamente vertragen sich nicht mit anderen Medikamenten. Daher ist es wichtig, immer alle Medikamente bei Ärzt*innen zu benennen.

Auch kann es zu Schwierigkeiten kommen, wenn du Alkohol trinkst, Marihuana konsumierst oder andere Drogen nimmst. Am besten du fragst deine*n Ärzt*innen, was du beachten musst. Aufgrund der Schweigepflicht, kannst du offen mit den Ärzt*innen sprechen ohne Sorge vor Verfolgung durch die Polizei.



DAUER- ODER BEDARFSMEDIKAMENT?



DAUERMEDIKATION nennt man die längere Einnahme von Medikamenten. Das kann zum Beispiel bei psychischen oder chronischen Erkrankungen sein.

Dabei gibt es Medikamente, die recht schnell nach der Einnahme wirken. Bei diesen kannst du auch ziemlich einfach ausprobieren, wie es dir ohne Medikament geht. Bespreche das mit deinem*r Ärzt*innen! Sogenannte Auslassversuche sind dafür da, zu überprüfen, wie dich das Medikament unterstützt und ob du es noch benötigst.

Manche dieser Medikamente haben im Namen auch den Zusatz „retard“. Das bedeutet, dass die Wirkung des Medikaments über einen längeren Zeitraum hinweg anhält.

Es gibt aber auch sogenannte Spiegelmedikamente. Diese sorgen dafür, dass im Körper eine immer gleiche Menge des Medikaments vorhanden ist – der „Spiegel“. Um ihn aufzubauen, muss das Medikament zunächst einige Zeit (z. T. mehrere Wochen) eingenommen werden und kann erst dann seine Wirkung zeigen.

Wenn du die Einnahme von einem Spiegelmedikament beginnst, muss die Dosis nach und nach erhöht werden. Das nennt man Einschleichen. Auch dürfen diese Medikamente nicht plötzlich nicht mehr genommen werden. Die Menge der Medikamente muss langsam weniger werden. Das nennt man Ausschleichen.

BEDARFSMEDIKATION nimmst du ein, wenn es einen akuten Bedarf gibt. Wenn es dir also plötzlich nicht gut geht. Das Bedarfsmedikament soll dir helfen, dass du dich schnell besser fühlst. Das kann beispielsweise bei einer Panikattacke sein oder bei einem Asthmaanfall.

Die Bedarfsmedikamente werden dir von deinem*r Ärzt*innen verschrieben. Ihr bespricht gemeinsam, wann und wie du das Bedarfsmedikament einnimmst.

Wichtig ist: Nur du kannst einschätzen, wann für dich ein Bedarf für das Medikament besteht. Deine Bezugspersonen unterstützen dich dabei. **Die Einnahme eines Bedarfsmedikamentes ist deine Entscheidung!**

MEDIKAMENTE:

DEINE ENTSCHEIDUNG!?

Wenn es keine gemeinsame Entscheidung von Sorgeberechtigten und dir gibt, dann wird es oft schwierig. Die Frage, wer entscheidet, ist gar nicht so einfach zu beantworten.

Wichtig ist: Am besten ist es, wenn ihr zu einer gemeinsamen Entscheidung kommt, die für dich gut ist!

Zentral für die Entscheidung ist rechtlich deine Einwilligungsfähigkeit. Dabei kommt es darauf an, ob du die kurzfristigen und langfristigen Auswirkungen der Behandlung verstehst. Indem du dann den Nutzen und die Risiken abwägt, triffst du eine eigenverantwortliche Entscheidung. Die Einwilligungsfähigkeit hat grundsätzlich nichts mit deinem Alter zu tun!

A

WENN DU EINWILLIGUNGSFÄHIG BIST, DANN ENTSCHEIDEST DU.

B

WENN DU NICHT EINWILLIGUNGSFÄHIG BIST, DANN GILT TROTZDEM:

1. Du und auch deine Sorgeberechtigten müssen immer über das Medikament informiert sein. **Es darf kein Medikament gegeben werden, ohne dass du es weißt!**
2. Um ein Medikament zu nehmen, braucht es die Einwilligung – also die Zustimmung – von deinen Sorgeberechtigten. Sie müssen dich an der Entscheidung beteiligen: deine Meinung hören, mit dir sprechen und mit dir überlegen.
3. Wenn du eine andere Meinung als deine Sorgeberechtigten hast, dann können sie zwar entscheiden, dass du das Medikament nehmen sollst – sie können dich aber nicht körperlich dazu zwingen.
Sie können auch entscheiden, dass du das Medikament nicht nehmen darfst, sofern dein Wohl dadurch nicht gefährdet ist.

Wenn also deine Sorgeberechtigten sagen, dass du das Medikament nehmen musst, darf dir trotzdem niemand gewaltvoll oder heimlich das Medikament geben. Das gilt allerdings nicht für Medikamente, die erforderlich sind, um einen lebensbedrohlichen Zustand abzuwenden, oder ohne die, ein lebensbedrohlicher Zustand eintreten kann.

Wichtig: Es ist deine Entscheidung, ob du ein Medikament nimmst oder nicht. Ausnahmen stellen lebensbedrohliche Situationen dar.

Manchmal kommt es auch vor, dass Betreuer*innen oder Pflegeeltern Konsequenzen androhen, wenn du dich weigerst, Medikamente zu nehmen. Zum Beispiel:

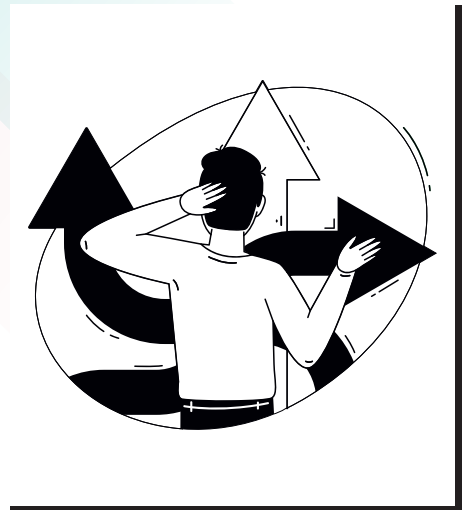
Du darfst dein Handy nicht nutzen, wenn du deine Medikamente nicht nimmst. oder Du musst die Wohngruppe verlassen, wenn du keine Medikamente nimmst.

Wahrscheinlich fühlst du dich davon unter Druck gesetzt. Und es ist wirklich schwierig, damit umzugehen! Grundsätzlich darf dir niemand einfach dein Eigentum wegnehmen. Und Medikamente können auch nicht die Voraussetzung für Jugendhilfe sein.

Um einzuschätzen, ob das Verhalten deiner Betreuer*innen oder Pflegeeltern okay ist, können folgende Fragen hilfreich sein:

- Ist es für deine Entwicklung wichtig, dass du die Medikamente nimmst?
- Helfen die Medikamente, dieses Ziel zu erreichen?
- Gibt es noch bessere Ideen, um ans Ziel zu kommen?
- Wurdest du ausreichend einbezogen?

Auf jeden Fall darf keine Wohngruppe oder Pflegefamilie einfach Druck ausüben. Deine Erziehungsberechtigten müssen das auf jeden Fall vorher mit dir besprechen.



Weitere Informationen in der Broschüre:

» S. 19 & 20: Schwierigkeiten

MEDIKAMENTE EINNEHMEN:

WAS IST ZU BEACHTEN

Medikamente einnehmen

Medikamente sollten regelmäßig und zur gleichen Tageszeit eingenommen werden. Achte auf die Angaben im Beipackzettel, wie das Medikament eingenommen werden muss (z. B. genug Wasser).

Aufbewahrung von Medikamenten

Niemand darf fremde Medikamente nehmen. Der*die Ärzt*in hat sie dir persönlich verschrieben. Deswegen müssen Medikamente sicher gelagert sein. In Wohngruppen werden sie häufig zentral aufbewahrt.

Manche Medikamente müssen bei einer bestimmten Temperatur aufbewahrt werden. Bedarfsmedikamente sind so aufzubewahren, dass du im Bedarfsfall weißt, wo sie sind und du gut rankommst. Wenn du die Medikamente für einen Wochenendbesuch oder Ähnliches bei dir hast, solltest auch du darauf achten, dass deine Medikamente für andere nicht frei zugänglich sind.

Wenn du dein Medikament mal vergisst

Im Beipackzettel steht dazu immer etwas. Wenn du unsicher bist, frag jemanden. In der Regel gilt: Nimm das Medikament nicht nachträglich ein.

Wenn du dein Medikament mal nicht nehmen möchtest

Es kann ganz verschiedene Gründe geben, warum du vielleicht dein Medikament einmal nicht einnehmen möchtest. Wenn es kein lebensnotwendiges Medikament ist, kannst du nicht zur Einnahme gezwungen werden.

Wichtig: Du sollst das Medikament freiwillig einnehmen und nicht das Gefühl haben, dass dich jemand direkt oder indirekt dazu zwingt. Wenn sich das so anfühlt, dann braucht es ein Gespräch.



Weitere Informationen in der Broschüre:

» S. 19 & 20: Schwierigkeiten

WAS TUN BEI SCHWIERIGKEITEN

?

Was mache ich, wenn es mir schlecht geht?

Du hast immer das Recht zu einem*r Ärzt*in zu gehen.

?

Was mache ich, wenn es mir mit dem Medikament schlecht geht?

Beobachte die Wirkungen und Nebenwirkungen des Medikaments gut. Gehe zum*r Ärzt*in, wenn du Zweifel und Fragen zum Medikament hast. Sprich mit deinen Bezugspersonen darüber.

?

Was mache ich, wenn mir nicht zugehört wird?

Deine Pflegeeltern, deine Betreuer*innen der Wohngruppe, aber auch dein*e Vormund*in und die Fachkraft im Jugendamt sind für dich da und müssen deine Sorgen und Gedanken hören. Wenn du das Gefühl hast, dass dir nicht zugehört wird oder du nicht ernst genommen wirst, dann vertraue dich jemandem an. Wende dich gerne an Ombudsstellen in deiner Nähe!

?

Was mache ich, wenn ich nicht entscheiden darf, zu welchem*r Ärzt*in ich gehe?

Du hast ein Recht zu entscheiden, zu welchem*r Ärzt*in du gehen willst. Deine Einrichtung darf dich nicht zwingen zu dem*r Einrichtungsärzt*in zu gehen.

?

Was mache ich, wenn ich es anders möchte als die Erwachsenen um mich herum?

Es ist nicht so einfach, wenn alle was anderes möchten. Spreche mit den Erwachsenen. Lass dich von ihnen beraten und begleiten. Aber prüfe, was für dich Möglichkeiten sind und wo du Grenzen ziehen möchtest. Wichtig ist aber vor allem, was du möchtest!

?

Was mache ich, wenn ich das Medikament nicht einnehmen will?

Keiner darf dich zwingen ein Medikament einzunehmen, wenn es nicht lebensnotwendig ist! Auch darf dir niemand heimlich Medikamente geben!

WOHIN BEI SCHWIERIGKEITEN?



Ärzt*innen: Sie sind dazu verpflichtet, deine Fragen zu beantworten und dich über Medikamente zu informieren.



Apotheken: In Apotheken kannst du dich über Medikamente informieren lassen und die Mitarbeiter*innen helfen gerne weiter.



Patient*innenservice: Telefonnummer 116117. Hier erreichst du telefonisch einen ärztlichen Bereitschaftsdienst, wenn du dringend ärztliche Hilfe außerhalb der regulären Sprechzeiten deiner Ärzt*innen brauchst. Das Angebot ist für Menschen gedacht, die nicht lebensbedrohlich erkrankt sind, aber mit ihren Beschwerden nicht bis zur nächsten Sprechstunde warten können.



Ombudsstellen: Wenn du dich ungerecht behandelt fühlst, dir in der Wohngruppe oder Pflegefamilie nicht zugehört wird oder deine Sorgeberechtigten deine Perspektive nicht ernst nehmen, dann wende dich an die örtlichen Ombudsstellen. Sie bieten Beratung und Unterstützung bei Konflikten mit der Kinder- und Jugendhilfe – unabhängig und kostenfrei.



**OMBUDSSTELLEN
 IN DER KINDER-
 UND JUGENDHILFE**



Nummer gegen Kummer: Telefonnummer 116111. Hier bekommst du anonyme und kostenlose Beratung. Das Angebot richtet sich speziell an junge Menschen, um über Sorgen, Ängste und Probleme zu sprechen.



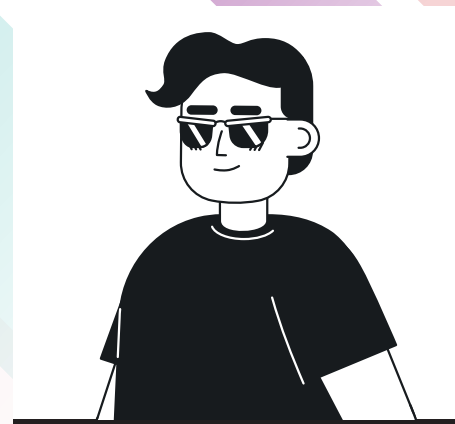
Online-Beratung bei Krisen:
www.jugendnotmail.de oder
www.krisenchat.de
 Per Chat bekommen hier junge Menschen unter 25 Jahren Hilfe.

SO WERDEN MEDIKAMENTE AKTUELL ERLEBT

IN UNSEREM FORSCHUNGSPROJEKT HABEN WIR MIT VERSCHIEDENEN MENSCHEN ÜBER IHRE ERFAHRUNGEN MIT MEDIKAMENTEN GESPROCHEN:

Vormund*innen, pädagogische Fachkräfte in der Wohngruppe, Pflegeeltern, Eltern, Ärzt*innen, Mitarbeiter*innen im Jugendamt und natürlich jungen Menschen (Personen, die noch in der Jugendhilfe leben, aber auch sog. Care Leaver*innen, die die Jugendhilfe bereits verlassen haben). Alle haben Erfahrungen mit Medikamenten in der Kinder- und Jugendhilfe.

In den Gesprächen sind fünf Themen besonders wichtig: Bewegung, Begrenzung, Verhandlung, Schauen und Arbeit. Diese Themen wurden von Künstler*innen in schwarz-weiß Bildern gezeichnet. Die Bilder zeigen dir, wie Medikamente in der Kinder- und Jugendhilfe **aktuell erlebt werden**. In einem Workshop mit zehn Care Leaver*innen wurden die schwarz-weiß Bilder zu bunten Kunstwerken weiterentwickelt, um zu zeigen, **wie es eigentlich sein sollte**.



Am Ende jedes Themas stellen wir Fragen – für dich, aber auch um mit anderen darüber zu sprechen.

- Vielleicht hast du selbst Ideen oder andere Gedanken, wenn du an Medikamente denkst.
- Vielleicht helfen dir die Bilder in deinem Nachdenken über Medikamente.
- Vielleicht ermöglichen die Bilder, mit anderen über dein Erleben und deine Fragen zu Medikamenten zu sprechen.

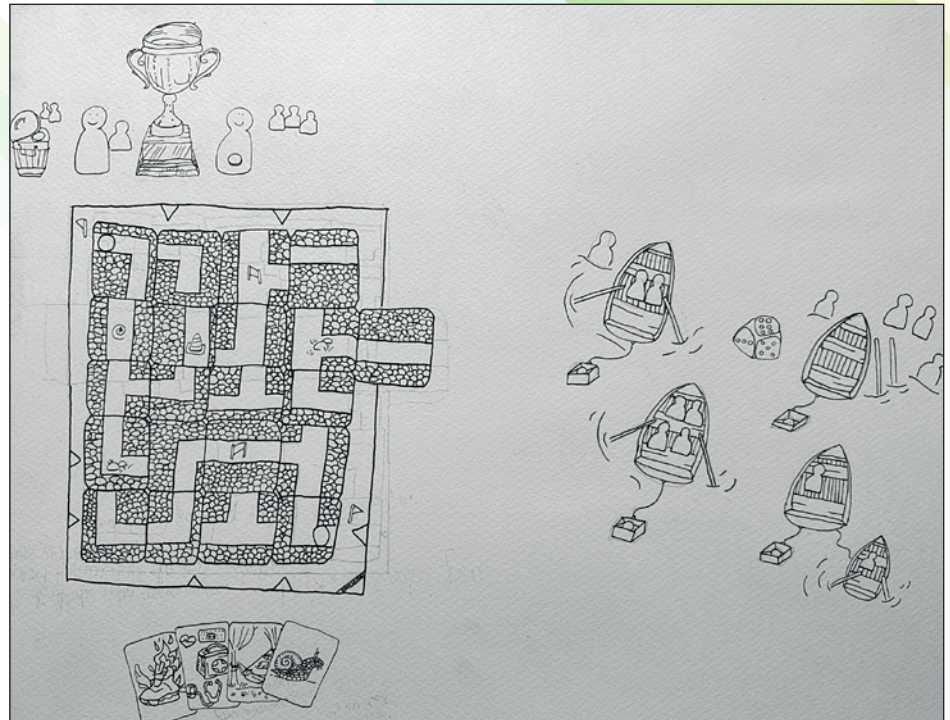


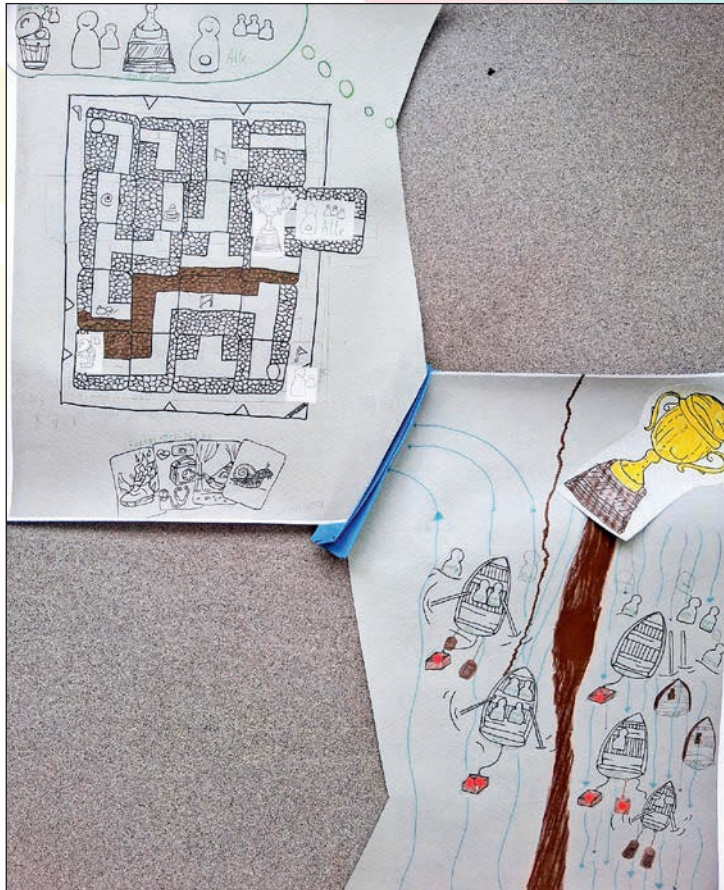
BEWEGUNG

So wird es gerade erlebt:

Die Entscheidung für oder gegen ein Medikament ist ein Weg. Auf dem Weg kann man schnell oder langsam laufen. Der Weg hat nicht immer ein klares Ziel. Oft muss man den Weg suchen. Manchmal ist es auch ein Irrweg. Es ist nicht immer klar, ob ein Medikament hilft und ob es ein passendes Medikament gibt.

Im Bild wird diese Suche durch den Spielcharakter ausgedrückt.





! SO SOLLTE ES SEIN:

Der Weg kann zu einem Medikament führen. Es kann aber auch sein, dass am Ende vom Weg kein Medikament ist. Das Ziel stellt einen zufriedenen Jugendlichen dar und nicht das richtige Medikament.

Hilfreich für die Suche ist es, wenn alle zusammen entscheiden und zu einer Lösung kommen. Wenn alle in einem Boot sitzen. Gemeinsam kann die Entscheidung für oder gegen ein Medikament schneller und leichter getroffen werden.

? FRAGEN FÜR DICH:

- Wie schnell oder langsam ist es für dich gut, eine Entscheidung für oder gegen Medikamente zu treffen?
- Wie kamen die bisherigen Entscheidungen zustande?
- Wer und was hilft dir bei der Entscheidung?
- Wie wird es sich anfühlen, wenn du dein Ziel erreicht hast?

BEGRENZUNG

So wird es gerade erlebt:

Medikamente werden als Begrenzung beschrieben. Darüber kann viel Druck entstehen. Manchmal wird versucht, das Verhalten von Kindern und Jugendlichen zu begrenzen. Medikamente sollen Krankheiten heilen oder vermindern. Wenn bestimmte Krankheiten behandelt werden, lösen sich manche Verhaltensweisen.





! **SO SOLLTE ES SEIN:**

Begrenzung sollte ein hilfreicher Rahmen sein. Der Behälter soll offen sein, nicht geschlossen und zugehalten. Dann entsteht weniger Druck. Der junge Mensch soll von der Medizin und der Pädagogik unterstützt werden [symbolisiert durch die Hände an den Seiten].

Jemand schaut mit echtem Interesse, wie es den jungen Menschen geht und was sie brauchen. Dabei können Medikamente hilfreich sein. Aber auch Gesprächsbereitschaft und Partizipation sind wichtig.

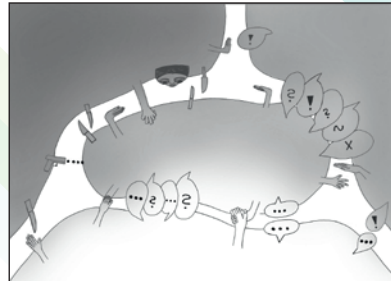
? **FRAGEN FÜR DICH:**

- Wo engen dich Medikamente ein?
- Wie kannst du über Medikamente entscheiden?
- Wie und wann hilft dir dein Medikament?
- Wo und wann erlebst du Druck?
- Was brauchst du zusätzlich zu deinen Medikamenten?
- Wer unterstützt dich?

VERHANDLUNG

So wird es gerade erlebt:

Entscheidungen zu Medikamenten sind Verhandlungen. Es finden Auseinandersetzungen statt. Das kann sich wie Geschäfte machen anfühlen. Es kann aber auch gewaltvoll sein. Verhandeln über Medikamente und Gesundheit kann aber auch im Gespräch stattfinden.



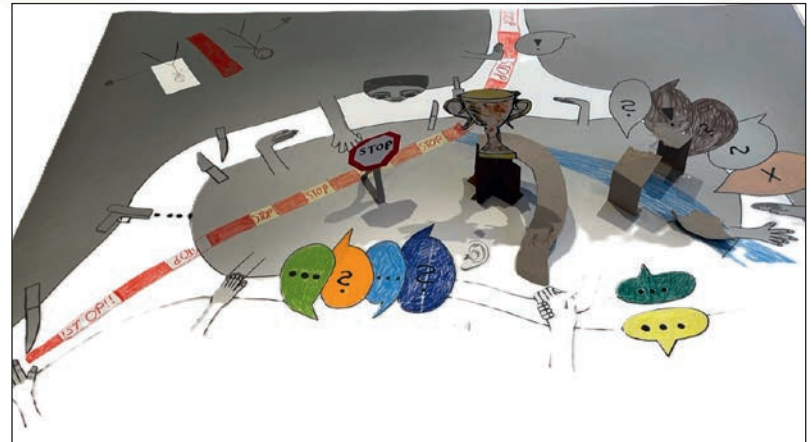
Künstlerin: Mara Volker

! SO SOLLTE ES SEIN:

Das Miteinander-Sprechen wird von den Care Leaver*innen im Workshop als eine gute Möglichkeit der Verhandlung über Medikamente wahrgenommen. Dabei geht es um den Austausch – ob übers Sprechen, Schreiben oder Non-Verbal. Wichtig ist, dass nicht nur Erwachsene sich untereinander austauschen, sondern dass Erwachsene mit jungen Menschen sprechen. Erwachsene müssen jungen Menschen zuhören!

? FRAGEN FÜR DICH:

- Wer hört, was du zum Thema Medikamente zu sagen hast? Wer hört dir nicht zu?
- Wer spricht mit dir über deine Medikamente? Und mit wem willst du sprechen?
- Was hilft dir deine Meinung zu Medikamenten zu sagen?
- Wo erlebst du Gewalt, wenn es um Medikamente geht? Was brauchst du, um dich wehren zu können? Denn Gewalt ist nicht in Ordnung!



SCHAUEN

So wird es gerade erlebt:

Die erwachsene Person (groß dargestellt) schaut auf die Adressat*in (klein dargestellt). Vielleicht sieht die Erwachsene den jungen Menschen aber gar nicht. Oder es werden nur die Probleme gesehen. Wie geht es aber dem jungen Menschen? Der junge Mensch muss aufzeigen, um gesehen zu werden.



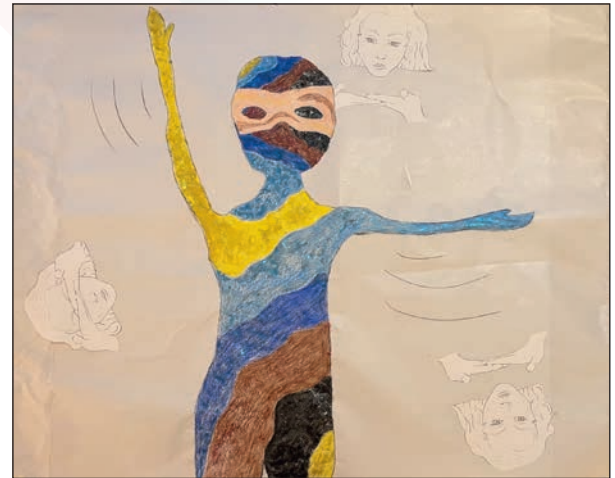
Künstlerin: Anna Fuchs

? FRAGEN FÜR DICH:

- Wer schaut wie auf dich? Wie fühlt es sich an, so betrachtet zu werden?
- Was soll in Bezug auf Medikamente im Blick sein?
- Wo und wie kannst du dich zeigen?
- Wie siehst du dich selbst?
- Wie sehen dich die anderen?

! SO SOLLTE ES SEIN:

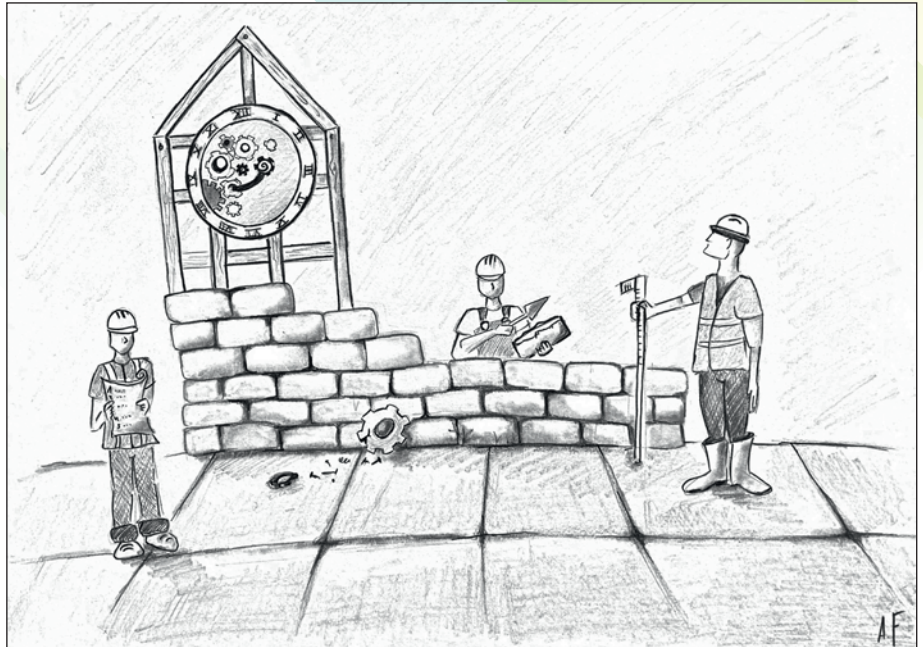
Junge Menschen sind mehr als ihre Krankheiten. Sie müssen mit allem gesehen werden. Dann werden die farbenfrohen und schönen Dinge sichtbar. Der junge Mensch wird viel größer und verschiedene Menschen schauen. Wichtig ist, dass die Person sich in ihrer Schönheit und Vielfältigkeit zeigen kann. Und dass sie gesehen wird!



ARBEIT

So wird es gerade erlebt:

Mit Medikamenten ist auch Arbeit verbunden. Nicht nur die Entscheidung für oder gegen ein Medikament, sondern auch die weitere Kontrolle, Untersuchungen und Anpassungen. Für den gesamten Prozess der Medikamente braucht es Teamwork und einen Plan. Das Ziel von Medikamenten wird häufig als „Funktionieren“ erlebt.



Künstlerin: Anna Fuchs



! **SO SOLLTE ES SEIN:**

Medikamente könnten kleine zusätzliche Unterstützer*innen bei der Gesundheit sein. Medikamente können helfen. Es braucht aber auch Pädagog*innen, Therapeut*innen und Freund*innen für die Gesundheit. Dabei soll es nicht ums Funktionieren gehen, sondern um das Wohlfühlen des jungen Menschen.

? **FRAGEN FÜR DICH:**

- Wie hilft dir das Medikament beim Wohlfühlen und Gesund-Werden?
- Wer und was unterstützt dich beim Gesund-Werden?
- Wie helfen dir Therapeut*innen, Pädagog*innen, Freund*innen?
- Wie fühlt sich für dich Wohlfühlen und Gesundsein an?

DEINE RECHTE IM ÜBERBLICK

HIER FINDEST DU NOCHMAL DEINE WICHTIGSTEN RECHTE IM ÜBERBLICK:



Du bist der*die Expert*in für dich und deine Gesundheit. Dein Erleben ist wahr.



Dir darf niemand heimlich Medikamente geben.



Du darfst mitreden.
Dir muss zugehört werden.



Du hast das Recht, dich gegen die Einnahme eines Medikamentes zu verweigern, sofern es nicht lebensnotwendig ist.



Du hast das Recht auf medizinische Versorgung.



Du darfst bestimmen, zu welcher*m Ärzt*in du gehst.



Du hast das Recht auf Informationen und Aufklärung von Ärzt*innen, bis du es verstanden hast.



Ärzt*innen dürfen nicht ohne deine Zustimmung mit anderen über deine Medikamente und Diagnosen sprechen. Das gilt nur, solange du dadurch nicht in Gefahr gerätst.



Du hast das Recht auf Hilfeplanung. Da können auch Medikamente und Gesundheit als Themen besprochen werden.



Du hast das Recht auf Selbstständigkeit. Auch dein Umgang mit Medikamenten muss eingeübt werden dürfen.



Du hast das Recht auf Dokumentation deiner Medikamente und Akteneinsicht, auch wenn du nicht mehr in der Jugendhilfe wohnst.



Deine Erziehungsberechtigten dürfen gemeinsam mit dir über die Alltagsmedikamente entscheiden, das heißt, sie dürfen dir auch Schmerzmittel oder ähnliche Alltagsmedikamente geben.

IMPRESSUM

Universität Hildesheim

Universitätsplatz 1
31141 Hildesheim

Kontakt:

mediju@vormundschaft.net

Bundesforum Vormundschaft und Pflegschaft e. V.

Poststr. 46
69115 Heidelberg

Verantwortlich für den Inhalt:

Ruth Seyboldt und Katharina Mangold

Die Broschüre „Medikamente in der Kinder- und Jugendhilfe. Deine Rechte“ ist im Rahmen des Projekts „MEDIJU“ [Medikamente in der Kinder- und Jugendhilfe] entstanden. Das Projekt wurde von der Stiftung Deutsche Jugendmarke e.V. finanziert und von der Universität Hildesheim und dem Bundesforum Vormundschaft und Pflegschaft durchgeführt.

Wir bedanken uns bei allen beteiligten Expert*innen, die am Projekt mitgewirkt haben und die Broschüre bereichert haben – ganz besonderes bedanken wir uns bei den beteiligten Care Leaver*innen!

März 2026

Layout: FarbFaible, Miriam Hohmann

„Wenn ich meine Medikamente nicht genommen habe, dann wurde mir mein Handy weggenommen.“

*„Ich hab von den Medikamenten gar nichts gemerkt, aber die Pädagog*innen waren auf einmal entspannter.“*



„Es gibt Diagnosen, die werden häufiger bei Jungs gestellt und andere häufiger bei Mädchen – aber das ist manchmal zu pauschal!“

„Meine Notfallmedikamente musste ich in meinem Zimmer in einen Tresor einschließen. Aber im Notfall war ich viel zu aufgebracht, um da dann ran zu kommen.“

Ein Projekt von:



Gefördert von:

