

# 3 Tipps zur richtigen Tabletteneinnahme



**Aufrecht Sitzen oder Stehen**

Am besten funktioniert das Einnehmen in aufrechter Sitzposition oder im Stehen. Wer schon einmal versucht hat im Liegen zu trinken weiß, dass das Schlucken im Liegen nicht optimal funktioniert. Wer sich nicht aufsetzen kann, sollte zumindest das Kopfteil des Bettes hochfahren oder ein Kissen unterlegen.



**Ausreichend Flüssigkeit**

Am besten stilles Wasser (ca. 200 ml) in großen Schlucken hinterher trinken.



**Zerteilen oder mörsern**

Weisen Tabletten eine Bruchkante auf, so ist in der Regel vorgesehen, dass man sie teilen kann. Diese Information findet man auch in der Packungsbeilage. Bei Schluckbeschwerden kann es einfacher sein, die Tabletten zu teilen oder sogar zu mörsern. Sprechen Sie dies aber vorab mit Ihrem Arzt ab.