

# Liebe Kinder,

ihr habt eine allergische Erkrankung und sollt regelmäßig Medikamente nehmen, damit es euch besser geht? Hier findet ihr einige Tipps dafür.



## Bin ich das einzige Kind, das immer Medizin nehmen muss?

**Nein.** Viele Kinder brauchen regelmäßig Medikamente, um gesund zu werden oder gesund zu bleiben. Aber einige erzählen davon in der Schule oder unter

Freundinnen und Freunden nicht darüber, und so weißt du nichts davon. Du bist aber nicht allein.

## Ist es meinen Eltern wichtig, dass ich meine Medikamente zuverlässig nehme?

**Ja.** Deine Eltern möchten, dass du gesund bist und viel Freude am Leben hast. Sie verlassen sich auf dich, dass auch du dabei mithilfst. Wenn das nicht gelingt, machen sie sich Sorgen um dich. Aber denke daran: vor allem nimmst du deine Medikamente, weil du bestimmt selbst möchtest, dass es dir gut geht.



## Gibt es Tricks, wie ich selbst besser an meine Medizin denken kann?

**Ja.** Wenn du deine Medizin immer zu einem bestimmten Zeitpunkt, an einem bestimmten Ort oder zu einer bestimmten Aktivität nimmst, fällt es leichter, daran zu denken. Vielleicht hast du ja auch die Möglichkeit, ein eigenes Zeichen für dich zur Erinnerung zu finden. Du kannst dich auch durch dein Handy an die Einnahme erinnern lassen, wenn dir das hilft.

## Darf ich es meiner Ärztin oder meinem Arzt sagen, falls ich meine Medikamente nicht mehr einnehmen möchte?

**Ja!** Es ist für uns alle wichtig, ehrlich miteinander zu sein. Sprich gerne aus, was dich an der Behandlung stört! Sag deine Meinung; bestimmt findet ihr gemeinsam eine Lösung.

Hier können Sie weitere Eltern- und Kinder-Flyer sowie ausführliche Informationen in Elternratgebern direkt auf Ihrem mobilen Endgerät speichern:



Übersicht aller Flyer



Übersicht aller Elternratgeber



## Eltern- und Kinderinformation

# Adhärenz Allergische Erkrankungen

» damit die Therapie nicht vergessen wird

Wie kann ich mein Kind dabei unterstützen, die Behandlung regelmäßig durchzuführen?

Dieses Falblatt wird von der GPA kostenlos abgegeben. Es ist nicht zum Weiterverkauf durch den Empfänger / die Empfängerin oder Dritte bestimmt.

## Liebe Eltern,

Ihr Kind hat eine Erkrankung aus dem allergischen Formenkreis und soll laut ärztlicher Empfehlung mit einem oder mehreren Medikamenten behandelt werden. Was ist hierbei zu beachten?

### Ist es die Aufgabe von Eltern, Kinder in der Therapie zu unterstützen?

Ein klares **Ja!** Die regelmäßige Einnahme von Medikamenten ist für alle Menschen eine große Herausforderung, aber insbesondere für Kinder und Jugendliche. Das gilt vor allem für chronische Erkrankungen, bei denen die regelmäßige Medikamenteneinnahme notwendig ist. Ihr Kind hat aber Sie an seiner Seite. Sie sollten Ihr Kind unterstützen und motivieren, die Behandlung gemeinsam zuverlässig durchzuführen – so lässt sich die beste Wirkung erzielen.

### Soll ich meinem Kind erklären, weshalb die Therapie nötig ist?

**Ja**, unbedingt. Grundlage für eine erfolgreiche Therapie über einen längeren Zeitraum ist, dass Sie und Ihr Kind verstanden haben, warum sie durchgeführt werden sollte. Die Diagnose und der Behandlungsweg, auch die Dauer der Behandlung, müssen der ganzen Familie klar sein. Bitte fragen Sie gerne nochmals nach, ob Ihr Kind verstanden hat, warum die Behandlung gemacht wird. Dabei ist das Alter Ihres Kindes natürlich zu berücksichtigen.



### Darf ich die Kinderärztin oder den Kinderarzt nach Alternativen zur vorgeschlagenen Therapie fragen?

**Ja**, gerne. Oft gibt es verschiedene Wege, wie ein Behandlungsziel erreicht werden kann. Fragen Sie deshalb auch nach anderen Möglichkeiten, wenn Sie oder Ihr Kind mit der zunächst empfohlenen Behandlung nicht zufrieden sind.

In der Medizin beschreibt **„Adhärenz“**, wie gewissenhaft sich die/der Betroffene an die vereinbarte Therapie hält und diese entsprechend durchführt. Eine gute Adhärenz ist entscheidend dafür, dass eine Behandlung wirken kann.

### Soll ich offen ansprechen, wenn wir die Behandlung mal gar nicht oder nicht so wie verordnet durchführen konnten?

**Ja**, unbedingt! Auch wenn Ihnen in Bezug auf die Therapie alles klar ist, kann im Alltag so manches untergehen, und auch die Therapie wird vielleicht vergessen. Das sollte Ihnen nicht unangenehm sein; sprechen Sie dies gerne offen mit Ihrer Ärztin oder

#### Kasten:

- » Bilden Sie mit Ihrem Kind ein Team; denken Sie gemeinsam an die richtige Durchführung der Therapie.
- » Versuchen Sie, die Trainerin bzw. der Trainer beim „Spiel“ Behandlung zu sein. Ihr Kind darf das Spiel gerne machen – je selbstständiger und zuverlässiger, um so besser.
- » Verbinden Sie die Einnahme oder Gabe des Medikaments mit einem bekannten, positiven Ritual im Tagesablauf.
- » Legen Sie neue oder weniger angenehme Aufgaben der Behandlung unmittelbar vor schöne Aktivitäten.



Ihrem Arzt an. Sie werden Ihnen für die Ehrlichkeit dankbar sein und können die gesundheitliche Entwicklung Ihres Kindes besser einschätzen, wenn sie wissen, ob Ihr Kind die Medikamente wie verordnet eingenommen hat oder nicht.

### Gibt es hilfreiche Tipps für Familien, um verlässlicher an die Therapie zu denken?

**Ja**. Einige davon haben wir im Kasten zusammengefasst. Bestimmt können Sie als Familie aber auch eigene Hilfestellungen entdecken. Diese funktionieren dann oft noch besser.

- » Wenn Ihr Kind die Medikamente richtig und verlässlich einnimmt, sollten Sie es gern auch belohnen; das hilft viel besser als Bestrafung.
- » Sie oder Ihr Kind können sich durch das Handy erinnern lassen.
- » Oft ist es auch hilfreich, sich ein „Erinner mich“ (nach Harry Potter) zusammen mit der Beschreibung der Therapie gut sichtbar in dem Raum zu platzieren, in dem sich das Kind regelmäßig aufhält.