

Selbstmedikation

Ein wertvoller Beitrag für den Menschen und für unser Gesundheitssystem

Selbstmedikation ist die eigenverantwortliche Form einer Selbstbehandlung mit rezeptfreien Arzneimitteln und bestimmten Gesundheitsprodukten mit dem Ziel, das persönliche gesundheitliche Wohlbefinden wiederherzustellen oder zu erhalten. Selbstmedikation kann durch einen Apotheker* oder Arzt begleitet werden. In bestimmten Fällen kann sie eine gute Alternative zu einem Arztbesuch sein oder eine heilberufliche Therapie wirksam und sicher ergänzen. Selbstmedikation ist der Ausdruck einer aktiven Beteiligung des Menschen an seinem individuellen Heilungsprozess und seiner Gesunderhaltung.



61%

der Bevölkerung in Deutschland haben 2021 rezeptfreie Arzneimittel verwendet²

Der Bundesverband der Arzneimittel-Hersteller e.V. (BAH) ist der mitgliederstärkste Branchenverband der Arzneimittelindustrie in Deutschland. Er vertritt die Interessen von rund 400 Mitgliedsunternehmen, die in Deutschland ca. 80.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beschäftigen. Global agierende Arzneimittel-Hersteller werden ebenso aktiv in die vielfältige Verbandsarbeit eingebunden wie der breit repräsentierte Mittelstand. Die im BAH organisierten Unternehmen tragen maßgeblich dazu bei, die Arzneimittelversorgung in Deutschland zu sichern. Im Sinne der Patientensicherheit sind dem BAH die Selbstmedikation mit einer Beratung durch Arzt oder Apotheker und die Wahrung der Apothekenpflicht ein besonderes Anliegen. Die im BAH organisierten Hersteller rezeptfreier Arzneimittel erzielen 80 Prozent des Apothekenumsatzes mit rezeptfreien Arzneimitteln. Die Hersteller rezeptfreier Arzneimittel und Gesundheitsprodukte zeichnen sich durch eine hohe Fertigungstiefe und einen hohen Wertschöpfungsanteil am Wirtschaftsstandort Deutschland aus. Ihre Mitarbeiter sind hochqualifiziert.

* Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personen- oder Berufsbezeichnungen die maskuline Form verwendet. Jedoch gelten sämtliche Bezeichnungen gleichermaßen für alle Geschlechter.

Möglichkeiten und Grenzen von Selbstmedikation

Rezeptfreie Arzneimittel, oft auch als OTC-Arzneimittel bezeichnet, sind in Deutschland grundsätzlich apothekenpflichtig. Sie unterliegen hinsichtlich Herstellung, Qualität, Wirksamkeit und Sicherheit sowie behördlicher Überwachung den gleichen, strengen gesetzlichen Regelungen wie rezeptpflichtige Arzneimittel. Arzneimittel werden erst dann von der Rezeptpflicht freigestellt, wenn eine ausreichende ärztliche/klinische Erfahrung besteht sowie Dosierung und Anwendung des Arzneimittels in der Selbstbehandlung sicher möglich sind.

Die **Selbstmedikation** mit rezeptfreien Arzneimitteln dient der Heilung, Linderung und Prävention solcher Symptome und Erkrankungen, die grundsätzlich keiner ärztlichen Therapie bedürfen. Außerdem können sie auch begleitend oder ergänzend zu Therapien von z. B. chronischen Erkrankungen empfohlen werden.

Die **Apotheken** weisen im Rahmen ihrer heilberuflichen Beratung auf die Möglichkeiten, aber auch auf die Grenzen der Selbstmedikation hin. Sie nehmen damit eine wichtige **Lotsenfunktion** zwischen eigenverantwortlicher Selbstbehandlung, ärztlich begleiteter Selbstbehandlung sowie notwendiger ärztlicher Therapie wahr. Diese umfasst auch die freiverkäuflichen Arzneimittel und Gesundheitsprodukte aus der Apotheke, insbesondere stoffliche Medizinprodukte und Nahrungsergänzungsmittel.

Durch diesen breiten, regulierten, aber niedrighschwelligen Zugang in den Apotheken wird sichergestellt, dass die Menschen in der großen Angebotsvielfalt im Gesundheitsmarkt Orientierung, Sicherheit und Gewährleistung finden. Dies ist **praktizierter Verbraucherschutz**.

Einfacher und sicherer Zugang zur Gesundheitsversorgung

Neben der niedrighschwelligen, persönlichen Ansprache in der Apotheke ist auch der einfache, aber sichere Zugang zu einer Selbstbehandlung mit rezeptfreien Arzneimitteln von großer Bedeutung. So bewerten 87 Prozent der Menschen in Deutschland die Versorgung

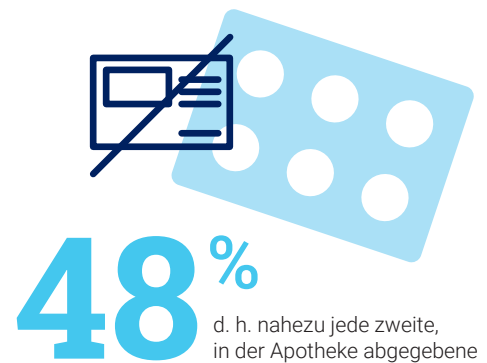
mit Arzneimitteln bei leichten vorübergehenden Gesundheitsstörungen sehr positiv. Diese Option wird von den Menschen angenommen, denn 61 Prozent der Bevölkerung haben im Jahr 2021 rezeptfreie Arzneimittel zur Behandlung von leichten Erkrankungen verwendet.²



Unverzichtbar für die Gesundheitsversorgung

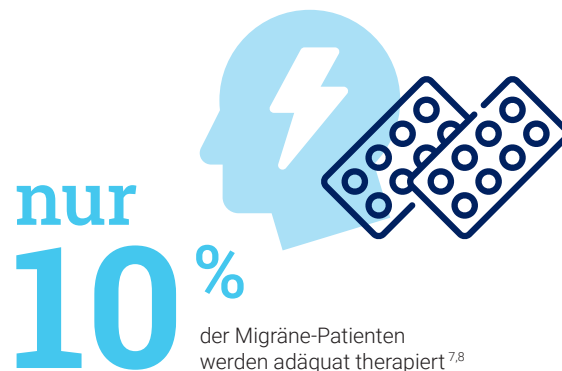
Der Anteil rezeptfreier Arzneimittel betrug im Jahr 2021 lediglich 10 Prozent des Arzneimittelumsatzes in Apotheken (6,9 Mrd. Euro von 66,1 Mrd. Euro), aber nahezu jede zweite, in der Apotheke abgegebene Packung (696 Mio. von 1,46 Mrd.) war 2021 ein rezeptfreies Arzneimittel.⁴ Damit leisten diese Produkte einen erheblichen Beitrag für die Gesundheitsversorgung. Darin spiegelt sich auch die **medizinische Notwendigkeit** wider – z. B. in folgenden Fällen:

- 25 Millionen Menschen in Deutschland leiden an **Funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen**.^{5,6}
- Von 10 Millionen **Migräne-Patienten** werden nur 1 Million adäquat therapiert.^{7,8}
- In Deutschland leiden etwa 54 Millionen Menschen unter vorübergehenden oder anhaltenden **Kopfschmerzen**. Laut einer RKI-Befragung berichteten 51,1 Prozent der Teilnehmenden von Kopfschmerzen in den letzten zwölf Monaten.⁹
- Es gibt 12,5 Millionen **Heuschnupfen**-Patienten in Deutschland.¹⁰
- In Deutschland leiden 20 bis 35 Prozent aller Menschen unter einer **trockenen Haut**. Die Beschwerden reichen von leichtem Spannungsgefühl, schuppiger, empfindlicher oder rissiger Haut bis hin zu Rötung und Juckreiz.¹¹



d. h. nahezu jede zweite, in der Apotheke abgegebene Packung war 2021 ein rezeptfreies Arzneimittel⁴

- **Fußmykosen** gehören zu den am weitest verbreiteten Infektionskrankheiten des Menschen. Experten gehen davon aus, dass in Deutschland etwa jeder dritte Erwachsene von einer Fußmykose betroffen ist.¹²
- Von den 15 Millionen täglicher **Raucher** haben 60 Prozent mindestens einmal versucht, das Rauchen aufzugeben.¹³
- Zwei Drittel der Männer und die Hälfte der Frauen in Deutschland sind **übergewichtig**. Ein Viertel der Erwachsenen (23 Prozent der Männer und 24 Prozent der Frauen) ist stark übergewichtig (adipös).¹⁴
- Ca. 70 Millionen in Deutschland lebende Erwachsenen leiden 1 bis 2 mal im Jahr an einer **Erkältung** – Kinder deutlich häufiger.¹⁵



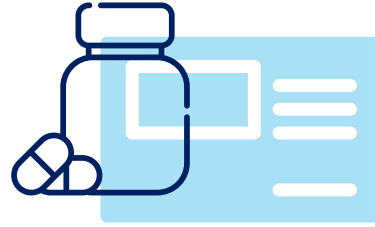
Unverzichtbar auch in der SARS-Cov-2-Krise

Gerade während der Covid-19-Pandemie hat sich gezeigt, wie bedeutsam die Vor-Ort-Apotheke als Lotse im Gesundheitswesen ist. Sie konnte sich vielfach als erste Anlaufstelle für Patienten aufgrund des eingeschränkten Zugangs zu Arztpraxen, Kliniken und Ambulanzen bewähren und dort Kapazitäten entlasten. Sie konnte zudem im erforderlichen Fall den Patienten mit einem rezeptfreien Arzneimittel versorgen.

Medizinisch-wissenschaftliche Leitlinien

Folgerichtig weisen die Leitlinien der medizinisch-wissenschaftlichen Fachgesellschaften für die relevanten Selbsthandlungsindikationen, wie Erkältung, Schmerz, Magen-Darm-Beschwerden, Schlafstörungen, Vitamin- und Mineralstoffsubstitution, Harnwegsinfekte, Mykosen, Kognitionsverbesserung, Allergien, Schwindel, Hauterkrankungen, Hämorrhoidalleiden, Schleimhautentzündungen, Tabakentwöhnung und Haarausfall zahlreiche rezeptfreie Arzneimittel aus.

Selbstmedikation, insbesondere in Verbindung mit der heilberuflichen Beratung aus der Apotheke, bietet den Menschen einen niedrighschwelligen, aber sicheren Zugang zu einer persönlichen Gesundheitsversorgung im Alltag ihrer Lebenswirklichkeit.



36 Mio.

rezeptfreie Arzneimittel empfahlen Ärzte ihren Patienten 2021 auf Grünen Rezepten¹⁶

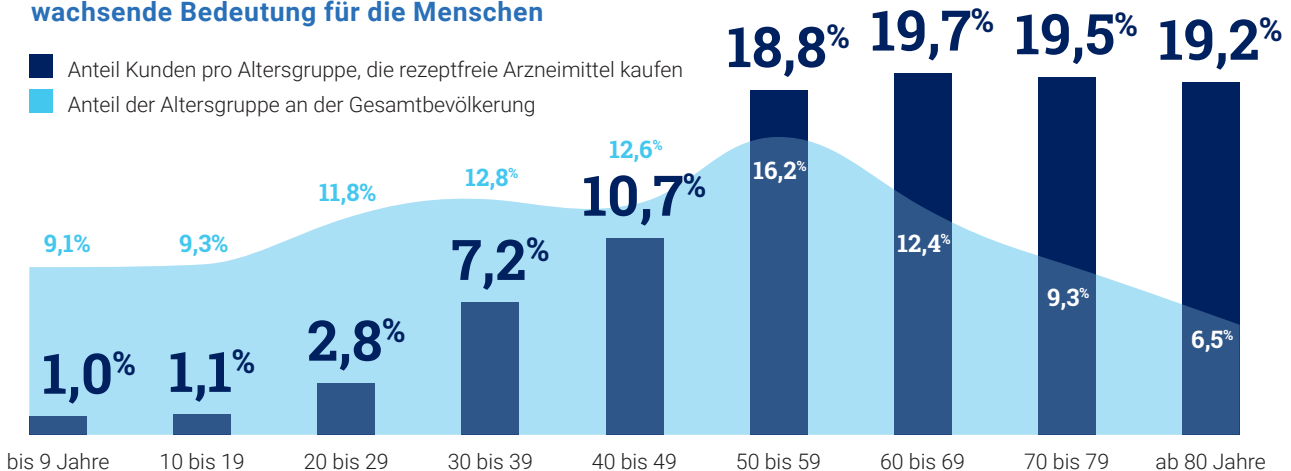
Ärztliche Verordnung rezeptfreier Arzneimittel

Obwohl rezeptfreie Arzneimittel seit 2004, mit wenigen Ausnahmen, nicht mehr von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet werden, haben sie weiterhin eine Bedeutung in der ärztlichen Therapie. So verordneten Ärzte im Jahr 2021 120 Millionen Packungen rezeptfreier Arzneimittel, davon 56 Millionen auf Kassenrezepten, 29 Millionen auf Privatrezepten und 36 Millionen auf Grünen Rezepten.¹⁶

Mit zunehmendem Alter nimmt für den Menschen die Bedeutung seiner individuellen Gesundheitsversorgung zu. Aufgrund der demographischen Entwicklung gewinnt dieser Aspekt weiterhin an Bedeutung. Ähnliches gilt für Menschen in besonderen Lebenssituationen (z. B. bei Schwangerschaft oder chronischen Erkrankungen).

Rezeptfreie Arzneimittel haben im Alter eine wachsende Bedeutung für die Menschen

- Anteil Kunden pro Altersgruppe, die rezeptfreie Arzneimittel kaufen
- Anteil der Altersgruppe an der Gesamtbevölkerung



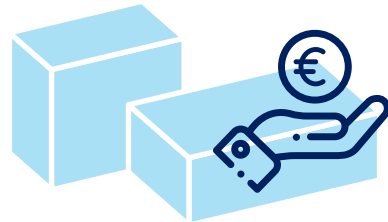
Quelle: Eigene Dartsellung auf Basis von INSIGHT Health, Basis: OTC-Barverkäufe Jahr 2019 (Summe nicht rezept-pfl. AM + apothekenpfl. Medizinprodukte); und Statistisches Bundesamt, genesis.destatis.de, September 2019

Gesundheitsökonomischer und gesellschaftlicher Mehrwert von Selbstmedikation in Deutschland

Positive Kosteneffekte von Selbstmedikation

In Deutschland treten pro Jahr 1 Mrd. leichte Gesundheitsstörungen auf.¹⁷ Aktuelle Berechnungen zeigen, dass von diesen leichten Gesundheitsstörungen bereits heute 355 Millionen Fälle pro Jahr mit Selbstmedikation anstelle eines Arztbesuches behandelt werden. Hierdurch werden 134 Mio. Stunden ärztlicher Arbeitszeit eingespart.¹⁸ Dies entspräche über 60 Tausend zusätzlichen ärztlichen Vollzeitarbeitskräften, die man bräuchte, wenn die Selbstbehandlung im gegenwärtigen Umfang nicht stattfinden würde. **Selbstmedikation leistet somit einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag für die effiziente Nutzung der knappen Arztressourcen für schwerwiegendere Erkrankungen.**

Der Mehrbetrag des Einzelnen pro Selbstbehandlungsfall liegt bei netto 1,77 Euro, das aber bei einem Zeitgewinn von 136 Minuten durch den Wegfall von Weg- und Wartezeiten. Gesamtgesellschaftlich setzt Selbstmedikation bereits heute GKV-Ressourcen im Wert von 16 Mrd. Euro pro Jahr frei und vermeidet 4,8 Mrd. Euro an volkswirtschaftlichen Produktivitätsverlusten.

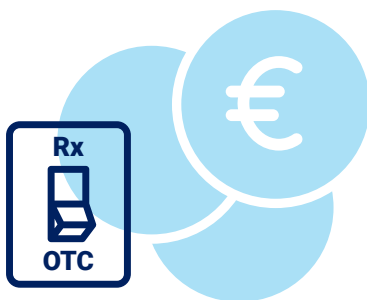


16 Mrd. €
GKV-Ressourcen setzt Selbstmedikation pro Jahr frei¹⁸



134 Mio.
Stunden ärztlicher Arbeitszeit werden eingespart¹⁸

Zukünftiges Potential von Selbstmedikation



3,7 Mrd. €
Wirtschaftlichkeitsreserven für die GKV durch rezeptfreie Arzneimittel¹⁸

Eine weitere Förderung von Selbstbehandlung mit rezeptfreien Arzneimitteln könnte zusätzliche Wirtschaftlichkeitsreserven von bis zu 3,7 Mrd. Euro für die GKV und 1,1 Mrd. Euro für die deutsche Volkswirtschaft realisieren.¹⁸ Hierfür bedürfte es einer zusätzlichen Substitution von Arztbesuchen durch die Selbstbehandlung in 82 Mio. Fällen selbst behandelbarer Erkrankungen. Das entspricht etwa einem Arztbesuch pro Einwohner, der vermieden werden könnte.

Eine aktive Selbstbehandlungs-Politik ist die Voraussetzung zur Erschließung der oben genannten Wirtschaftlichkeitsreserven.

Selbstmedikation stärken

Aufgrund der demographischen Entwicklung, des medizinischen Fortschritts und nicht zuletzt wegen der SARS-Cov-2-Krise gerät das solidarisch finanzierte Gesundheitssystem in den nächsten Jahren unter erheblichen Kostendruck. Jedoch bestehen enorme Chancen durch Selbstmedikation die Mittel im Gesundheitswesen effizienter einzusetzen und volkswirtschaftliche Potentiale zu heben.

Selbstmedikation ermöglicht es dem einzelnen Menschen, aktiv und eigenverantwortlich etwas für seine Gesundheitsversorgung zu tun. Daher sollte der Selbstmedikation zukünftig ein steigender Wert zuerkannt und ihre Rahmenbedingungen verbessert werden. Es sollte eine Politik pro-aktiver Selbstbehandlung erfolgen.

Aus Sicht des BAH sind ...

- der **regulatorische Rahmen** für die wertvolle Vielfalt rezeptfreier Arzneimittel (chemische, pflanzliche, homöopathische und anthroposophische) nicht nur zu erhalten, sondern auch zu stärken, in dem z. B. die Regelungen zur Änderung von Zulassungen („Variations“) effizienter gestaltet werden,
- das **Verfahren zur Entlassung** aus der Verschreibungspflicht („Switch“) zu modernisieren und zu fördern,
- die **Apothekenpflicht** als eine wichtige Grundlage des niederschweligen Zugangs zu wirksamen Therapien und individueller Beratung zu stärken und die Rolle der Apotheke als Ort der primären Gesundheitsversorgung weiter auszubauen,
- die **Gesundheitskompetenz** der Menschen zu fördern und dafür die Beteiligten im Gesundheitswesen (Ärzte, Apotheker und Hersteller) in ihrem gesetzlichen Auftrag, diese Informationen verantwortungsvoll bereitzustellen, zu unterstützen und nicht mehr als unbedingt nötig zu beschränken.

¹ Over the Counter

² Deutscher Gesundheitsmonitor des BAH Versorgungsindex: Basis Alle Befragten 11/2021 n=2000.

³ <https://www.iqvia.com/-/media/iqvia/pdfs/germany/library/infographic/infografik-otc-marktstruktur-062021.pdf>

⁴ https://www.bah-bonn.de/index.php?id=2&type=565&file=redakteur_filesystem/public/Weitere_oeffentliche_Dateien/BAH_Zahlenbroschuere_2020_21-05-07_WEB.pdf

⁵ <https://www.tk.de/techniker/gesundheits-und-medizin/behandlungen-und-medizin/verdauungstrakt/funktionelle-magen-darm-erkrankungen-reizmagen-2021482>

⁶ <https://www.arzneimitteltherapie.de/heftarchiv/2017/09/funktionsstorungen-im-verdauungstrakt-und-funktionelle-magen-darm-erkrankungen.html>

⁷ <https://schmerz klinik.de/service-fuer-patienten/migraene-wissen/wer-leidet/>

⁸ <https://www.neuro-depesche.de/nachrichten/viele-patienten-sind-unzureichend-behandelt/>

⁹ https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloads/J/JoHM_S6_2020_Migraene_Spannungskopfschmerz.pdf?__blob=publicationFile

¹⁰ https://www.rki.de/DE/Content/Kommissionen/UmweltKommission/Stellungnahmen_Berichte/Downloads/allergien_deutsch.pdf?_

¹¹ <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/ddg.13580>

¹² <https://de.wikipedia.org/wiki/Dermatophytose#>:

¹³ <https://www.rauchfrei-info.de/informieren/verbreitung-des-rauchens/raucherquote-bei-erwachsenen>

¹⁴ https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Themen/Uebergewicht_Adipositas/

¹⁵ Gustav-Adolf von Harnack, Berthold Koletzko: Kinder- und Jugendmedizin (Springer-Lehrbuch). 13. Auflage. Springer-Medizin-Verlag, Heidelberg 2007, ISBN 978-3-540-48632-9, S. 374.

¹⁶ IQVIA Diagnosis Monitor

¹⁷ May, Uwe; Bauer, Cosima: Apothekengestützte Selbstbehandlung bei leichteren Gesundheitsstörungen – Nutzen und Potenziale aus gesundheitsökonomischer Sicht, Thieme-Verlag, Gesundheitsökonomie & Qualitätsmanagement, Ausgabe S 01 · Volume 22 · Januar 2017

¹⁸ Zahlen zu 2019 aus: Bauer, C., May U., Scheider-Ziebe, A.: Soziale und ökonomische Effekte der Selbstmedikation in Deutschland. Status quo und Zukunftspotenziale; Ausarbeitung für den Bundesverband der Arzneimittel-Hersteller (BAH) Januar 2022