



# Medikamente gegen Seekrankheit

12. Januar 2025

Ein Beitrag von



**Stefanie Kamke**

Webseite des Autors

Dr. Stefanie Kamke ist Frauenärztin in Bremen und seit ihrer Jugend begeisterte Seglerin. Mit ihrem Partner segelt sie im Urlaub auf der gemeinsamen Swan 48 VELLAMO, mit der er als Skipper für den Kojencharteranbieter SEGELWEGE unterwegs ist. Dazwischen ist sie immer wieder auf anderen Yachten und in wechselnden Revieren anzutreffen. Stefanie gehört als medizinische Beraterin und Autorin zur BLAUWASSER.DE-Stammredaktion.

## Es gibt eine Vielzahl von Präparaten gegen Seekrankheit

Wer auf dem Markt für Arzneimittel nach Mitteln gegen Seekrankheit oder Reisekrankheit sucht, findet eine Vielzahl von Präparaten. Sie reichen von freiverkäuflichen Reisekaugummis bis hin zu verschreibungspflichtigen Medikamenten. Damit ein Medikament in Deutschland auf den Markt gebracht werden kann, muss es vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) zugelassen werden.

In diesem Beitrag werden die Wirkstoffe der gängigsten Medikamente gegen Seekrankheit nach ihrer hauptsächlichen Wirkweise aufgelistet. Hat ein Medikament unterschiedliche Wirkweisen, wird der hauptverantwortliche Wirkungsweg als Erstes genannt. Zu den Wirkstoffen sind beispielhaft Namen aufgeführt, unter denen diese im Handel erhältlich sind (Handelsnamen).



Ein Wirkstoff, der im Zusammenhang mit der Seekrankheit eingesetzt wird, ist beispielsweise Dimenhydrinat. Medikamente, in denen dieser Wirkstoff enthalten ist, heißen unter anderem Vomex oder Superpep. Die Handelsnamen der Medikamente können also sehr unterschiedlich sein, obwohl der Wirkstoff identisch ist. Wurde ein Mittel gefunden, mit dem man gut zurechtkommt, hat es sich daher bewährt, für den Nachkauf (insbesondere im Ausland) nicht den Handelsnamen, sondern die Wirkstoffe zu notieren.

**Hinweis:** Einige Medikamente werden als Monopräparate bezeichnet, enthalten also nur einen Wirkstoff, andere sind Kombipräparate mit mehreren Wirkstoffen. Für die Anwendung von Arzneimitteln in Schwangerschaft und Stillzeit gibt das Pharmakovigilanz- und Beratungszentrum für Embryonaltoxikologie der Charité Berlin über die Internetseite [www.embryotox.de](http://www.embryotox.de) umfassend Auskunft.



Viele Medikamente gegen Seekrankheit sind verschreibungspflichtig. ©benjaminolte/stock.adobe.com

## Medikamente gegen Seekrankheit können in vier Gruppen eingeteilt werden

Generell werden Medikamente in vier Gruppen eingeteilt. Die Gruppen spiegeln wider, wie und wo jemand das Medikament erhalten kann.

- Freiverkäufliche Medikamente dürfen auch außerhalb von Apotheken ausgegeben werden.
- Apothekenpflichtige Medikamente dürfen nur von Apotheken ausgegeben werden.
- Verschreibungspflichtige Medikamente dürfen nur von Apotheken nach Vorlage einer ärztlichen, zahnärztlichen oder tierärztlichen Verordnung ausgegeben werden.
- Betäubungsmittel dürfen nur von Apotheken nach Vorlage eines Betäubungsmittel-Rezeptes ausgegeben werden.



## Wichtige Hinweise zu Medikamenten gegen Seekrankheit

Die Medikamente gegen Seekrankheit wirken nahezu alle im Gehirn und seinen zugehörigen Nervenbahnen. Solch eine Behandlung bringt leider teils unerwünschte Nebenwirkungen mit sich, wie starke Müdigkeit oder Sehstörungen. Das führt zu einer Einschränkung der Verkehrstüchtigkeit. Je nach Medikament kann dieser Effekt sehr ausgeprägt sein, worüber sich Schiffsführer, Wachhabende und andere Personen mit verantwortungsvoller Funktion an Bord eines Schiffes stets bewusst sein sollten.



Eine Beratung durch einen Arzt oder Apotheker ist wichtig! ©Praxis Diekmann/Kamke

**Wichtig:** Die Informationen zu den Medikamenten dienen der Orientierung und können die ärztliche oder pharmazeutische Beratung nicht ersetzen! Es gilt der bekannte Satz: „Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.“

Zudem sind die Angaben zur Dosierung zu beachten, insbesondere bei Kindern. Wenn es Vorerkrankungen gibt oder andere Medikamente parallel eingenommen werden, sollte zur Feststellung von Kontraindikationen und zur Vermeidung von Wechsel- oder Nebenwirkungen im Vorfeld der behandelnde Arzt zur Einnahme der Seekrankheits-Medikamente befragt werden.

## Liste der Medikamente gegen Seekrankheit

### Cyclizin

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg

**Handelsnamen:** Marzine, Valoid

**Anwendung:** Tablette

**Kinder:** ab 6 Jahren, in angepasster Dosis. Die Indikation ist bei Kindern streng zu stellen.

**Erhältlichkeit:** in Deutschland nicht im Handel, im Ausland erhältlich

Cyclizin ist ein Antihistaminikum, das sich durch eine hohe Wirkung gegen Übelkeit und Erbrechen bei gleichzeitig geringer beruhigender Eigenschaft auszeichnet. Eine Herausforderung ist die Dosierung. Wird zu viel Cyclizin eingenommen, kann es zu Vergiftungserscheinungen mit Herzrasen, Blutdruckabfall und Krampfanfällen kommen. Die Tabletten müssen daher streng nach Packungsbeilage eingenommen werden.



Medikamente können bei rauen Bedingungen auf See gegen Seekrankheit helfen.

©FredFacker/stock.adobe.com

### Meclozin

**Monopräparat**

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg

**Handelsnamen:** Agyrax, Postafen

**Anwendung:** Tablette

**Kinder:** ab 12 Jahren, in angepasster Dosis

**Erhältlichkeit:** in Deutschland nicht im Handel, im Ausland oft frei verkäuflich erhältlich



**Kombipräparat** (Meclozin in Kombination mit Vitamin B6 und Koffein)

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg

**Handelsname:** Intinerol B6

**Anwendung:** Tablette, Zäpfchen

**Kinder:** ab 3 Monaten, in angepasster Dosis

**Erhältlichkeit:** in Deutschland nicht im Handel, im Ausland oft frei verkäuflich erhältlich

Meclozin ist ein vergleichsweise leicht beruhigendes, gut verträgliches Antihistaminikum, das zur Behandlung von Übelkeit und Erbrechen, insbesondere bei Reisekrankheit, aber auch in der Schwangerschaft eingesetzt wird.

ANZEIGE

## DAS KOMPAKTE KOCHSYSTEM

Multifunktional auch als Schüssel oder Schale einsetzbar und maximal platzsparend.

COOK<sup>®</sup>  
VISION



**HALLE 11 | STAND E66**  
**18.01. – 26.01.2025**

[www.cookvision.com](http://www.cookvision.com)

## Cinnarizin

**Monopräparat**

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg

**Handelsname:** Stugeron

**Anwendung:** Tablette

**Kinder:** ab 4 Jahren, in angepasster Dosis

**Erhältlichkeit:** in Deutschland nicht im Handel, im Ausland erhältlich

**Kombipräparat** (Cinnarizin in Kombination mit Dimenhydrinat)

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg

**Handelsnamen:** Arlevert, Vertigo-Vomex plus Cinnarizin

**Anwendung:** Tablette

**Kinder:** für die Anwendung bei Kindern nicht zugelassen

**Erhältlichkeit:** apothekenpflichtig, verschreibungspflichtig

Cinnarizin ist ein sogenannter Kalziumkanalblocker, der aber auch antihistaminerg und anticholinerg wirkt. Dadurch kann Cinnarizin gut gegen Übelkeit und Erbrechen sowie zur Vorbeugung gegen Reisekrankheit eingesetzt werden. Von Vorteil ist, dass es kaum Müdigkeit auslöst und die Nebenwirkungen als mild eingestuft werden. In Deutschland ist Cinnarizin nur als Kombipräparat zur Behandlung von



Schwindelsymptomen zugelassen. Im Ausland ist es als Monopräparat zur Behandlung von Reiseübelkeit erhältlich.



Ein Medikament gegen Seekrankheit ist Stugeron. ©Sönke Roever

## Dimenhydrinat

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg

**Handelsnamen:** Superpep Reisekaugummi, Vomex A, Vertigo-Vomex SR

**Anwendung:** Tablette, Sublingualtablette, Kaugummi, Zäpfchen, Sirup, Injektionslösung

**Kinder:** ab 8 Kilogramm Körpergewicht, in angepasster Dosis, als Sirup oder Zäpfchen. Die Indikation ist bei Kindern bis drei Jahren streng zu stellen.

**Erhältlichkeit:** apothekenpflichtig, überwiegend nicht verschreibungspflichtig

Dimenhydrinat besteht aus den beiden Komponenten Diphenhydramin und 8-Chlortheophyllin. Die Effekte in Bezug auf Seekrankheit kommen durch Wirkung des Diphenhydramin zustande. 8-Chlortheophyllin wird aufgrund seiner leicht anregenden Wirkung hinzugesetzt, um der stark beruhigenden Wirkung des Diphenhydramin entgegenzuwirken.

## Diphenhydramin

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg

**Handelsname:** Emesan

**Anwendung:** Tablette

**Kinder:** ab 6 Jahren. Die Indikation ist bei Kindern streng zu stellen.

**Erhältlichkeit:** apothekenpflichtig, nicht verschreibungspflichtig

Diphenhydramin ist Wirkstoffbestandteil des Dimenhydrinat. Aufgrund seines stark beruhigenden Effektes wird Diphenhydramin in Deutschland hauptsächlich zur kurzfristigen Behandlung bei Einschlaf- und Durchschlafstörungen angewendet. Es wirkt auch gegen Übelkeit und Erbrechen bei Seekrankheit, ist aber aufgrund des stark beruhigenden Effektes nicht das erste Mittel der Wahl.





In vielen Bordapotheken sind Medikamente gegen Seekrankheit zu finden. ©Stefanie Kamke

## Doxylamin

### Monopräparat

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg

**Handelsnamen:** Hoggar night, Sedaplust Saft

**Anwendung:** Tablette, Saft

**Kinder:** ab 6 Monaten, in angepasster Dosis. Die Indikation ist bei Kindern streng zu stellen.

**Erhältlichkeit:** apothekenpflichtig, meistens nicht verschreibungspflichtig

**Kombipräparat** (Doxylamin in Kombination mit Pyridoxin/Vitamin B6)

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg

**Handelsnamen:** Cariban, Xonvea

**Anwendung:** Tablette

**Kinder:** für die Anwendung bei Kindern nicht zugelassen

**Erhältlichkeit:** apothekenpflichtig, meistens verschreibungspflichtig

Doxylamin ist ein stark beruhigendes Antihistaminikum, das vor allem zur kurzfristigen Behandlung von Ein- und Durchschlafstörungen angewendet wird, darüber hinaus zur Behandlung von Übelkeit. Im Ausland ist Doxylamin als Medikament gegen Reise- und Seekrankheit erhältlich (Monopräparat). In Deutschland wird Doxylamin nur in Kombination mit Pyridoxin (Vitamin B6) zur Behandlung von Übelkeit in der Schwangerschaft angeboten (Kombipräparat). Bei älteren Patienten kann Doxylamin Sehstörungen, Schwindel und Herzrhythmusstörungen auslösen. Die längerfristige Einnahme kann zu einem Gewöhnungseffekt führen, die Wirkung lässt dann nach. Bei plötzlichem Absetzen kann die Übelkeit durch den sogenannten Rebound-Effekt verstärkt wiederauftreten. Ein Ende der Behandlung sollte daher durch Ausschleichen des Medikaments, also durch langsame Reduzierung der Dosis erfolgen.

ANZEIGE





## Promethazin

**Wirkweise:** antihistaminerg, anticholinerg, antidopaminerg

**Handelsnamen:** Atosil, Proneurin

**Anwendung:** Tablette, Tropfen

**Kinder:** ab 2 Jahren, in angepasster Dosis. Die Indikation ist bei Kindern streng zu stellen.

**Erhältlichkeit:** apothekenpflichtig, verschreibungspflichtig

Promethazin ist ein Neuroleptikum aus der Gruppe der Phenothiazine, das bei psychisch bedingten Unruhe- und Erregungszuständen eingesetzt wird und sehr stark beruhigend wirkt. Aufgrund seiner antihistaminergen Wirkung wird es auch gegen Übelkeit und Erbrechen eingesetzt. Promethazin hat ein hohes Risiko für Nebenwirkungen. Es sollte nur in Ausnahmefällen genutzt werden, wenn andere Behandlungsmethoden nicht zielführend sind.

Es gibt auch Medikamente als Pflaster. Hier hinter dem Ohr. ©Stefanie Kamke

## Scopolamin

**Wirkweise:** anticholinerg

**Handelsnamen:** Scopoderm TTS transdermal Pflaster



**Anwendung:** transdermales Pflaster

**Kinder:** ab 10 Jahren

**Erhältlichkeit:** apothekenpflichtig, verschreibungspflichtig

Einer der wirksamsten Wirkstoffe gegen Seekrankheit ist Scopolamin (er kommt in der Natur unter anderem in Nachtschattengewächsen wie der Tollkirsche oder dem Stechapfel vor). Ein Scopolamin-Pflaster wird fünf bis sechs Stunden vor Reisebeginn hinter dem Ohr auf die Haut geklebt. Grund für den Anwendungsort ist nicht die „Nähe zum Gehirn“, sondern die Tatsache, dass die Haut hinter dem Ohr gut geschützt und dünn ist – so kann das Pflaster einerseits nicht so leicht verloren gehen oder nass werden, andererseits wird der Wirkstoff schneller über die Haut in das Blut aufgenommen. Nach 72 Stunden wird das Pflaster entfernt und bei Bedarf ein neues hinter dem anderen Ohr aufgeklebt.

*SEHR EFFEKTIV IST DER EINSATZ DES  
WIRKSTOFFS SCOPOLAMIN.*

## Ondansetron

**Wirkweise:** Serotonin-Rezeptorblockade

**Handelsnamen:** Cellondan, Ondansetron, Zofran

**Anwendung:** Tablette, Schmelztablette, Injektions- und Infusionslösungen

**Kinder:** ab 6 Monaten, in angepasster Dosis

**Erhältlichkeit:** apothekenpflichtig, verschreibungspflichtig

## Granisetron

**Wirkungsweise:** Serotonin-Rezeptorblockade

**Handelsnamen:** Granisetron, Kevatril, Sancuso (Pflaster)

**Anwendung:** Tablette, Injektions- und Infusionslösung, Transdermales Pflaster

**Kinder:** ab 6 Monaten, in angepasster Dosis

**Erhältlichkeit:** apothekenpflichtig, verschreibungspflichtig

*BEI STARKER ÜBELKEIT MIT ERBRECHEN KÖNNEN  
SEROTONIN-ANTAGONISTEN HILFREICH SEIN.*

## Fazit

Das Feld der Medikamente gegen Seekrankheit ist sehr groß und für den Laien schwer zu überblicken. Die obigen Informationen sollen helfen, eine erste Einordnung vorzunehmen und die Wirkungsweise der Medikamente besser zu verstehen. Die Informationen zu den Medikamenten dienen jedoch nur der Orientierung. Sie können eine ärztliche oder pharmazeutische Beratung nicht ersetzen! Insofern sei nochmals erwähnt, dass der bekannte Satz: „Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke“ gilt.

