TORRE
Die natürlich-Apotheken

Kompetenzboard

Titel: Omega-3-Einnahme unter Eliquis-Therapie (Apixaban)

Fallnummer: 31

Datum: 12.11.2026

Anfrage:

Eine Patientin nimmt regelmäßig **Ramipril** und **Eliquis (Apixaban)** ein. Bisher wurde zusätzlich **Omega-3** eingenommen. Nun besteht Unsicherheit, da sie gehört hat, dass **Eliquis und Omega-3** nicht gemeinsam eingenommen werden sollten. Das bisherige Omega-3-Präparat wurde in der Drogerie gekauft, daher kam die Frage bislang nicht in der Apotheke auf. Es wurde bereits besprochen, dass ein **hochaufgereinigtes Omega-3-Präparat** (z. B. Norsan) sinnvoll ist. Der behandelnde Hausarzt verwies die Patientin zur Klärung an die Apotheke. Gefragt wird nach einer fachlichen Empfehlung zur **gleichzeitigen Einnahme von Omega-3 und Eliquis**.

Antwort:

Hier die Antwort unseres pharmazeutischen Teams:

Die Fragestellung wurde kürzlich auch im Rahmen eines Intensivseminars diskutiert. Grundsätzlich gilt: **Die Dosis ist entscheidend.**

- **Bis 1 g Omega-3 pro Tag (präventiv)** gelten als unbedenklich. Patientinnen und Patienten unter Apixaban dürfen auch Fisch verzehren.

- **Ab 2 g Omega-3 pro Tag** kann es unter **DOAKs** im Einzelfall zu einer **Erhöhung des Blutungsrisikos** kommen (z. B. Nasenbluten, vermehrte Hämatome).

- **Ab 4 g Omega-3 pro Tag** kann es bei Patientinnen und Patienten mit kardialen Vorschädigungen (KHK, Herzinsuffizienz NYHA III/IV) unter DOAK-Therapie **zu Vorhofflimmern** kommen. In diesen Fällen sollten **vor Beginn** und **nach 6 Monaten** die **Omega-3-Spiegel** bestimmt werden (Zielbereich **8–11 %**, nicht höher).
  Hinweis: Für natürliche Omega-3-Gemische aus Fischölen (EPA + DHA) liegen hierzu **keine belastbaren Studien**vor. Im Gegensatz dazu trat Vorhofflimmern bei **reinem synthetischem EPA-Ester (Icosapent-Ethyl/Vascepa)**auf; diese Daten wurden fälschlich auch auf Gemische übertragen.

Kurz zum Merken:

1. Vor geplanten größeren Operationen (z. B. Knie-/Hüft-TEP) sollten **Omega-3-Fettsäuren 10–14 Tage vorher abgesetzt** werden.

2. **Präventive Gaben** mit **aufgereinigten, standardisierten Fischöl-Gemischen** im Bereich von **1 g/Tag** sind **auch in Kombination mit DOAK oder ASS 100** möglich.
   Eine Kombination mit **Marcumar** sollte nur unter **regelmäßiger Gerinnungskontrolle (CoaguCheck)** erfolgen.

3. **Gaben > 2 g/Tag** sollten unter **DOAK-Therapie** nur nach Bestimmung des **individuellen Omega-3-Status** erfolgen und therapeutisch überwacht werden; die Produkte sind im **Medikationsplan** zu dokumentieren.

Unter **Marcumar** wird Omega-3 grundsätzlich **nicht ohne CoaguCheck** empfohlen (analog auch für Ginkgo, Curcumin oder Knoblauch-Produkte). Unter **DOAK** sind **1 g, maximal 2 g Omega-3/Tag** üblich; eine **jährliche Bestimmung des Omega-3-Status** ist sinnvoll. In diesem Bereich wurden bislang **keine vermehrten Nebenwirkungen** (z. B. ausgeprägte Hämatome) beobachtet.

5. Bei **ärztlich-therapeutischen Dosen von 4–12 g/Tag** wurden Nebenwirkungen beobachtet – meist bei **Omega-3-Indizes > 11 %**.

Hinweis: Unsere Empfehlungen basieren auf bestem Wissen und Gewissen sowie auf den Inhalten der regulationspharmazeutischen Ausbildung bei TORRE. Sie dienen der Unterstützung Ihrer pharmazeutischen Beratung und ersetzen keine ärztliche Diagnose oder Therapie. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben keine Haftung für die Umsetzung übernehmen können.