

# Toxisch

## Wie Paracetamol zur stillen Waffe weiblicher Suizide wird.

*In Österreich sterben deutlich weniger Menschen durch Suizid als noch vor 30 Jahren. Doch Frauen greifen immer häufiger zu einer Methode, die leicht übersehen wird: der Medikamentenvergiftung. Während andere Länder Packungsgrößen beschränken oder Abgaberegeln strikt kontrollieren, bleiben solche Maßnahmen in Österreich seit Jahren ungesetzt.*

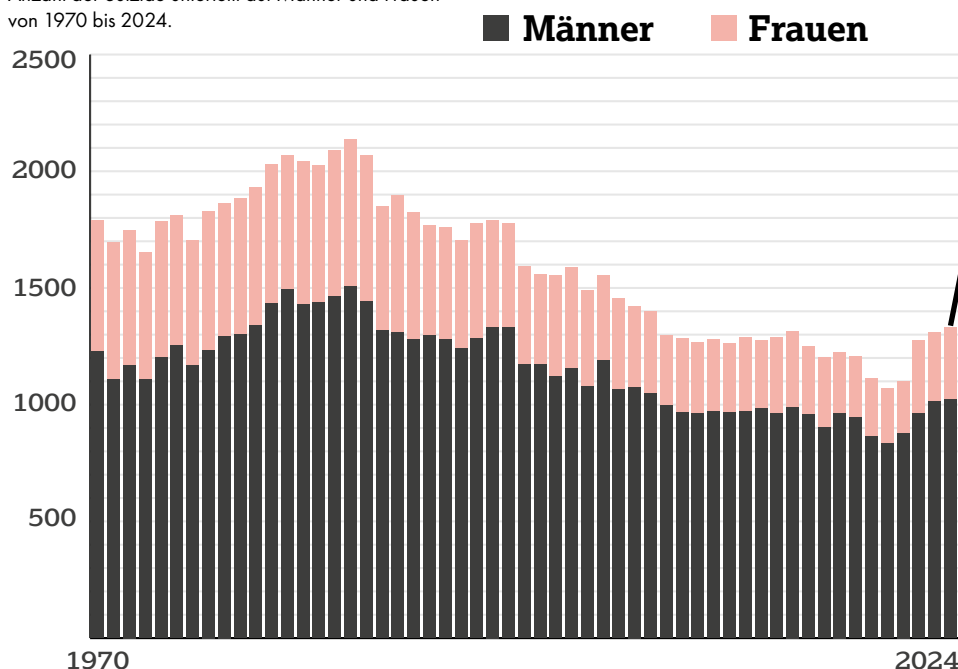
### Suizide in Österreich

Seit den 1970er-Jahren ist die Suizidrate in Österreich deutlich gesunken. Lag sie damals noch bei über 30 Suiziden pro 100.000 Einwohner:innen, beträgt sie heute rund 14 pro 100.000 – weniger als die Hälfte früherer Spitzenwerte. Der stärkste Rückgang erfolgte in den 1980er und 1990er Jahren; seit den 2000ern bewegen sich die jährlichen Zahlen auf einem stabilen Niveau. Trotz des langfristigen Rückgangs bleibt Suizid in Österreich ein relevantes Gesundheitsproblem, das gezielte Prävention weiterhin notwendig macht.

Im Jahr 2024 starben 1.219 Menschen durch Suizid: 972 Männer und 247 Frauen. Damit bleibt der Geschlechterunterschied markant – Männer suizidieren sich etwa viermal häufiger als Frauen.

### Suizidstatistik Österreich

Anzahl der Suizide unterteilt auf Männer und Frauen von 1970 bis 2024.



## Unterstützung & Hilfe

Wenn es Ihnen psychisch schlecht geht oder Sie sich stark belastet fühlen, gibt es in Österreich rund um die Uhr kostenlose und vertrauliche Unterstützung:

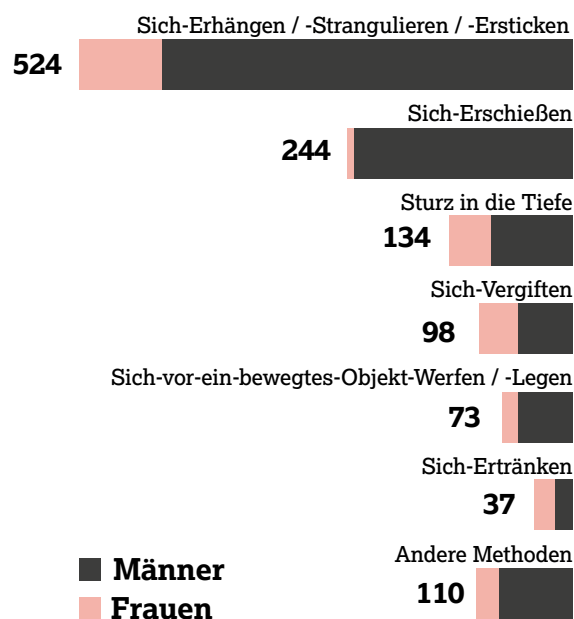
- Telefonseelsorge – 142 (24 Stunden täglich, anonym & kostenlos)
- Rat auf Draht – 147 (für Kinder, Jugendliche und Bezugspersonen)
- Psychosozialer Notdienst
- Online-Beratung der Telefonseelsorge: [online.telefonseelsorge.at](https://online.telefonseelsorge.at)

## Was die Daten zeigen

Bei den Suizidmethoden zeigen die Daten für 2024 ein eindeutiges Bild: **Sich-Erhängen ist mit 43 % (524 Fälle)** weiterhin die mit Abstand häufigste Methode in Österreich. Es folgen das **Sich-Erschießen (20 %)**, **Sturz in die Tiefe (11 %)**, **Sich-Vergiften (8 %)** sowie das **Sich-vor-ein-bewegtes-Objekt-Werfen (6 %)**. Weitere Methoden wie Ertrinken oder Selbstverletzung machen zusammen rund 12 % aus.

Auffällig sind die großen **Geschlechterunterschiede**: Während Männer sich deutlich häufiger erschießen (24 % vs. 3 % bei Frauen), verwenden Frauen überdurchschnittlich oft **Methoden wie Vergiftungen oder Stürze**. Vergiftungen sind bei ihnen dreimal so häufig wie bei Männern und stellen eine der zentralen geschlechtsspezifischen Besonderheiten im österreichischen Suizidgeschehen dar.

Verteilung der Methoden von Suiziden in Österreich im Jahr 2024



## Notruf – Absichtliche Vergiftungen

Die Vergiftungsinformationszentrale verzeichnet seit Jahren steigende Anfragen zu absichtlichen Selbstvergiftungen – besonders bei Mädchen und jungen Frauen. 2025 gingen die Fälle unter 15 kurz zurück, doch bei den 15- bis 29-Jährigen stiegen sie erneut deutlich an. Selbstvergiftungen gehören damit zu den häufigsten Suizidversuchsmethoden junger Frauen in Österreich. Die starke Präsenz von Vergiftungen bei jungen Frauen wirft unweigerlich die Frage auf, wie leicht solche Medikamente überhaupt verfügbar sind. Schmerz- und Fiebermittel gehören in Österreich zu den meistverkauften OTC-Arzneimitteln – und werden in großen Packungsgrößen frei abgegeben. Marktanalysen zeigen, dass Paracetamol dabei eine zentrale Rolle spielt.



## Paracetamol

Der Wirkstoff Paracetamol gilt als harmlos, doch bereits **7–10 Gramm** können ein akutes Leberversagen auslösen; ab **12 Gramm** wird die Dosis potenziell tödlich. Diese Mengen entsprechen einer einzigen großen Packung – problemlos und ohne Beratung erhältlich. Damit wird Paracetamol zu einem der gefährlichsten frei verfügbaren Medikamente bei Suizidversuchen.

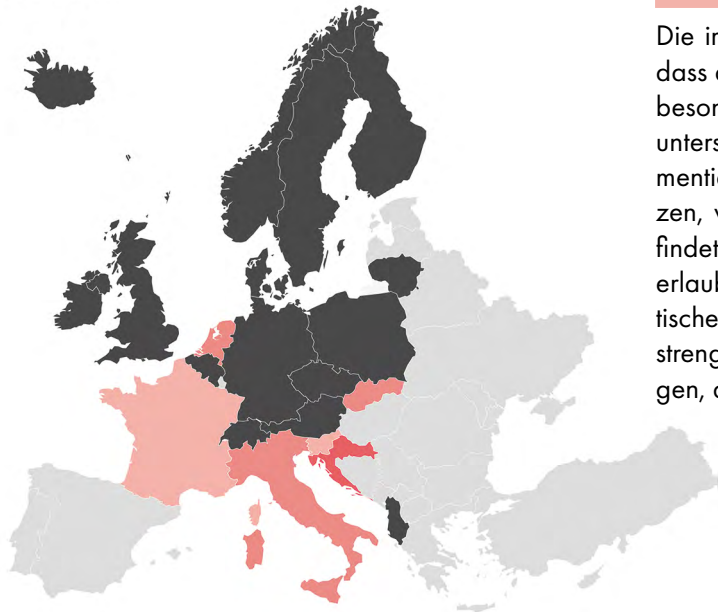
## Das Geschäft mit dem Schmerz

Die Marktanalyse von IQVIA zeigt, wie präsent Schmerzmittel im Alltag sind: Fast 59 Millionen Euro wurden im Jahr bis Juni 2025 allein mit rezeptfreien Schmerzmitteln umgesetzt. Unter den meistverkauften Präparaten dominieren Produkte mit den Wirkstoffen Ibuprofen und Paracetamol – allen voran Mexalen. Paracetamol ist damit eines der am breitesten verfügbaren Medikamente Österreichs. Verkauft werden darf es allerdings bis jetzt nur in Apotheken und Online-Apotheken. Dort können nur geringe Packungsmengen gekauft werden. Anders sieht das in anderen europäischen Ländern aus.

### Paracetamol-Verkauf in Europa

Verkauf außerhalb von Apotheken nach Erlaubnis und Gramm-Beschränkung.

5 6 8 No sale No sale\*



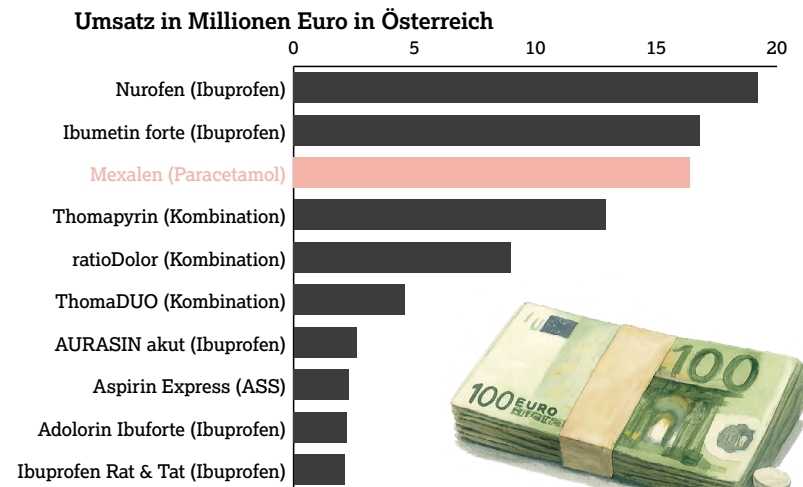
Erstellt mit Datawrapper

## Regulierung als Prävention

Die unterschiedlichen europäischen Regelungen zeigen, dass der sichere Umgang mit frei verkäuflichen Schmerzmitteln kein Randthema ist, sondern ein zentraler Bestandteil der öffentlichen Gesundheitsvorsorge. Während viele Länder Packungsgrößen begrenzen oder den Verkauf auf Apotheken beschränken, bleibt die Situation in Österreich weitgehend unverändert. Damit bestehen weiterhin Lücken zwischen international empfohlenen Maßnahmen und der tatsächlichen Praxis. Für den verantwortungsvollen Umgang mit häufig genutzten Medikamenten ist jedoch klar: Zugänglichkeit braucht auch Schutzmechanismen. Beratung, Packungsgrößen und kontrollierte Abgabestellen tragen dazu bei, Risiken frühzeitig zu reduzieren – sowohl im Alltag als auch präventiv. Der Blick nach Europa zeigt, dass solche Maßnahmen funktionieren können. Österreich steht daher vor der Aufgabe, die eigene Arzneimittelpolitik an aktuellen Erkenntnissen auszurichten und den sicheren Zugang zu wichtigen Schmerzmitteln langfristig zu sichern.

## Top-10 OTC-Schmerzmittel

Top-10-OTC-Schmerzmittel inkl. Migränemittel nach Wert Juli 2024 bis Juni 2025



## Wie Europa Paracetamol reguliert

Die im europäischen Vergleich erfassten Daten zeigen, dass der Umgang mit rezeptfreien Schmerzmitteln – insbesondere Paracetamol – in den Ländern der EU sehr unterschiedlich geregelt ist. Die untersuchte Studie dokumentiert, welche Staaten die Packungsgrößen begrenzen, wo der Verkauf ausschließlich in Apotheken stattfindet und welche Länder auch den Vertrieb außerhalb erlauben. Damit werden verschiedene gesundheitspolitische Strategien sichtbar: Einige Länder setzen auf eine strengere Regulierung, um Fehlanwendungen vorzubeugen, andere setzen stärker auf freie Verfügbarkeit.