

Bittere Pillen

Nutzen und Risiken der Arzneimittel



Alter

So bewerten wir	2
Alter	5
Mittel gegen das Altern	6
Medikamente im Alter	18
Index	21

Kiepenheuer & Witsch

Rondorferstr. 5
D-50968 Köln

www.bittere-pillen.de
bittere-pillen@kiwi-verlag.de

Copyright © 2008

Alle Rechte vorbehalten.

Trotz sorgfältigen Lektorats können sich Fehler einschleichen. Verlag und Autoren sind dankbar für Ihre Anregungen und Hinweise. Jegliche Haftung für Folgen, die auf fehlerhafte Angaben zurückzuführen sind, ist ausgeschlossen.

So bewerten wir

Gut oder schlecht, das ist die Frage. Das gilt auch für Arzneimittel. Es gibt im Internet viele Datenbanken und Informationen über Medikamente. Aber es gibt nichts Vergleichbares zu den Bitteren Pillen. Wir waren 1983 die ersten, die im deutschen Sprachraum Medikamente knallhart und wissenschaftlich seriös danach bewertet haben, ob sie gut oder schlecht sind. Wir waren die ersten, die sich dieses Recht auch juristisch erkämpft haben und vor der Pharmaindustrie nicht in die Knie gegangen sind. »Eine Bibel für Laien«, schrieb der Spiegel, der die Erstausgabe publizistisch begleitete.

Der überwältigende Erfolg von »Bittere Pillen« – mehr als 2,7 Millionen verkaufte Bücher – beruht darauf, dass wir vollkommen unabhängig und seriös sind. Niemand kann uns einschüchtern oder etwas vorschreiben oder dreinreden, weder die Pharmaindustrie noch die Politik und auch keine Interessensverbände. Wir sehen unsere Aufgabe einzig und allein darin, allen Patienten und Patientinnen eine seriöse, sachgerechte Bewertung von Arzneimitteln zu geben.

Seit der Erstausgabe im Jahr 1983 sind wir ein rotes Tuch für Pharmakonzerne. Diese haben mit allen Mitteln versucht, die Veröffentlichung derartiger Informationen zu verhindern. Seit 1983 haben wir etwa 80 juristische Klagen und Klagedrohungen von Seiten der Industrie erhalten – und wir sind stolz darauf, dass wir vor Gericht bis jetzt kein einziges Verfahren verloren haben. Es ist ein Beweis für die Qualität unserer Arbeit.

Unsere Beurteilung

Wir stützen uns dabei auf den Sachverstand von ausgesuchten Experten, die nur ihrem ärztlichen Ethos verpflichtet und vollkommen unabhängig von der Pharmaindustrie sind. Außerdem stützen wir uns auf den letzten Stand der medizinischen Fachliteratur.

Im Wesentlichen beschränken wir uns auf sechs Bewertungen, die wir auch farblich so kennzeichnen, dass Patienten/Patientinnen auf einen Blick erkennen können: Das Medikament ist gut oder schlecht.

Bewertungen:

Therapeutisch zweckmäßig

Möglicherweise zweckmäßig; Wenig zweckmäßig

Naturheilmittel; Homöopathisches Mittel

Abzuraten

Therapeutisch zweckmäßig

bedeutet, dass der zu erwartende Nutzen des Medikaments in einem sinnvollen Verhältnis zu den Risiken steht, wie sie jedes Medikament hat.

Denn in der Medizin gilt der Satz: Jedes Medikament, das wirkt, hat auch Nebenwirkungen.

Therapeutisch zweckmäßig

bedeutet aber nicht, dass die Verwendung immer und in jedem Fall sinnvoll ist. Solche Mittel werden von uns »grün« gekennzeichnet.

Manchmal schränken wir die positive Bewertung durch zusätzlich Hinweise ein wenig ein. Das drücken wir in den Formulierungen aus, wie beispielsweise »Therapeutisch zweckmäßig nur zur ...« oder »Therapeutisch zweckmäßig nur bei ...« oder »Nur zweckmäßig bei ...« oder »Möglicherweise zweckmäßig«.

Möglicherweise zweckmäßig

bedeutet, dass Hinweise auf ein positives Wirkungs-Risiko-Verhältnis vorliegen, diese aber noch nicht zweifelsfrei belegt sind. Solche Mittel werden »orange« – also positiv mit einem gewissen Vorbehalt – gekennzeichnet.

Wenig zweckmäßig

kann Folgendes bedeuten (und wird jeweils entsprechend begründet):

Die Wirksamkeit des Medikaments ist nicht zweifelsfrei belegt, aber das Risiko ist relativ gering. Es kann auch bedeuten, dass es in diesem Anwendungsgebiet besser geeignete oder besser erprobte oder weniger riskante Medikamente gibt. Schließlich kann es auch bedeuten, dass es bei der betreffenden Erkrankung vielleicht besser wäre, gar kein Medikament zu verwenden; trotzdem bringt die Verwendung des Medikaments eine gewisse Linderung der Beschwerden.

den. Solche Mittel werden von uns mit einem orangen Farbpunkt gekennzeichnet.

Naturheilmittel

werden von uns »blau« – also positiv, jedoch mit einem gewissen Vorbehalt – gekennzeichnet, wenn sie folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Es dürfen nur pflanzliche Inhaltsstoffe enthalten sein (also keine Mischungen aus synthetischen und natürlichen Stoffen).
- Es sind keine nennenswerten Nebenwirkungen zu erwarten.
- Die therapeutische Wirksamkeit ist zwar nicht zweifelsfrei nachgewiesen, es gibt jedoch ein relativ gesichertes Erfahrungswissen, dass die Anwendung sinnvoll sein kann, wenn der Patient/die Patientin eine positive Wirkung verspürt.
- Es wird vom Hersteller kein Anwendungsgebiet genannt, bei dem nach dem heutigen Stand der Medizin ein therapeutisch wirksames Medikament zwingend vorgeschrieben ist.

Homöopathische Mittel

werden von uns ebenfalls »blau« – also positiv, jedoch mit einem gewissen Vorbehalt – gekennzeichnet, wenn sie folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Es dürfen nur Inhaltsstoffe in homöopathischer Verdünnung enthalten sein.
- Es wird vom Hersteller kein Anwendungsgebiet genannt, bei dem nach dem heutigen Stand der Medizin ein therapeutisch wirksames Medikament zwingend vorgeschrieben ist.

Abzuraten

bedeutet, dass nach unserer Einschätzung Nutzen und Risiken des Medikaments in keinem sinnvollen Verhältnis zueinander stehen. Solche Mittel werden »rot« gekennzeichnet.

Alter

Der Anteil der älteren Menschen an der Gesamtbevölkerung nimmt in Deutschland und Österreich ständig zu. Waren 1970 noch 13,2 Prozent der Deutschen über 65 Jahre alt und 1999 21 Prozent, so werden es im Jahr 2030 bereits 33 Prozent sein.

Das »Altwerden« ist im Arbeitsleben eindeutig festgelegt: Zwischen 60 und 65 Jahren erreicht man »die Altersgrenze«, geht in den Ruhestand oder Rente oder Pension.

In der Medizin gibt es jedoch keine allgemein anerkannte und brauchbare Definition des biologischen Alterns. Organe wie das Gehirn, die Nieren oder das Herz altern möglicherweise sehr viel schneller als solche Gewebe, bei denen zerstörte Zellen bis ins hohe Alter ergänzt und wiederhergestellt werden (z. B. Knochenmark und Darm).

Der Traum von Unsterblichkeit

Den Wunsch der Menschen, das Alter aufhalten zu können oder alt zu werden, ohne zu altern, macht sich die pharmazeutische Industrie zunutze.

K. H. 3, ein jahrzehntelang beliebtes Geriatrikum, wurde unter anderem mit dem Foto eines rüstigen 70-jährigen Seglers beworben, an den sich eine Blondine schmiegt. Das Mittel soll angeblich ein Heilmittel »gegen das Altern« sein. Andere Firmen werben vielleicht nicht so dreist, unterschwellig vermitteln sie aber dasselbe.

Dass nur noch wenige alte Menschen solcher Blabla-Werbung auf den Leim gehen, zeigt sich an Verkaufszahlen. Im Jahr 1983 waren in Apotheken noch 15 Millionen Packungen an Stärkungsmitteln und Mitteln gegen Altersbeschwerden verkauft worden, im Jahr 2006 nur noch 2,8 Millionen. Und das trotz der stark gestiegenen Zahl an alten Menschen.

Mittel gegen das Altern

Das Urteil der seriösen Medizin über die zahlreichen »Wundermittel« gegen das Älterwerden ist vernichtend. In den für Vertragsärzte und Krankenkassen verbindlichen »Arzneimittel-Richtlinien« wird die Ablehnung der Kassen, für diese Präparate zu zahlen, damit begründet, dass sie »entweder keine Arzneimittel« oder »für die Erzielung des Heilerfolges nicht notwendig oder unwirtschaftlich sind«.

Den Behauptungen der Hersteller, dass durch Medikamente der Prozess des Altwerdens verlangsamt oder bereits bestehende Veränderungen sogar zurückgebildet werden könnten, halten Fachleute entgegen, dass es bislang keine seriösen Beweise dafür gibt.

Unmissverständlich urteilt auch die Arzneimittelkommission der Deutschen Ärzteschaft: »Medikamente, die den Alterungsvorgang bremsen können, gibt es nicht.«

Einen Nutzen können sie dennoch haben. Wer an die Heilwirkung der Geriatrika glaubt, fühlt sich nach der Einnahme unter Umständen tatsächlich besser als vorher. Die Wirkung beruht dann aber auf einem Placebo-Effekt, der auch mit Pillen ohne Inhaltsstoff erreicht werden kann.

Das Wundermittel Procain

Geroaslan-H3, *K. H. 3* und *Vita-Gerin-Geistlich* enthalten Procain oder ein Spaltprodukt von Procain. Es soll angeblich Gelenkentzündungen, Angina Pectoris und anderen Herzkrankheiten vorbeugen, Taubheit, Impotenz und Depressionen bessern und die Haut glätten und straffen. Ein amerikanisches Forscherteam nahm diese »Untersuchungen« bereits im Jahr 1977 unter die Lupe und kam zu dem Schluss, dass es »abgesehen von einem möglichen antidepressiven Effekt keine überzeugenden Beweise gibt, dass Procain irgendeinen Wert in der Behandlung von Erkrankungen alter Patienten hat«.

Es hat jedoch Nebenwirkungen: In seltenen Fällen können Überempfindlichkeitsreaktionen verbunden mit Gefäßerweiterungen, Blutdruckabfall, Krämpfen und Atembeschwerden auftreten.

Die Legende vom Vitaminmangel im Alter

Die Annahme, dass das Altern auf einen Vitaminmangel zurückzuführen ist und dementsprechend mit Vitaminen »behandelt« werden könne, ist falsch.

Einen alterstypischen Vitaminmangel gibt es nicht.

Lediglich bei Bewohnern von Alten- und Pflegeheimen lassen sich gelegentlich bei Fehlernährungen oder schlechter Aufnahme von Nahrungsbestandteilen geringere Vitamin-Konzentrationen feststellen. Fachleute raten daher: »Vernünftiger als eine unkritische Gabe von Vitaminen wäre es, die Fehl- oder Mangelernährung zu beseitigen.«

Bestimmte Vitaminmangelercheinungen können im Alter jedoch gehäuft auftreten – z. B. Vitamin-D- und Folsäure-Mangel. Die Einnahme von entsprechenden Medikamenten ist jedoch nur dann notwendig und sinnvoll, wenn vom Arzt tatsächlich ein Mangel festgestellt wird.

Das routinemäßige Schlucken von Vitaminpräparaten im Alter ist unnötig, denn bei normaler Ernährung tritt Vitaminmangel hierzulande kaum auf.

Stärkungsmittel – Allheilmittel gegen das Altern?

Viele allgemeine Stärkungsmittel, oft auch »Tonika« genannt, werden ebenfalls gegen klassische Altersbeschwerden angepriesen. Dementsprechend werden sie hauptsächlich von älteren Menschen eingenommen.

Keiner der in den Tonika enthaltenen Inhaltsstoffe vermag jedoch den Alterungsprozess zu beeinflussen. Auch andere Wirkungen, die die Hersteller den Tonika zuschreiben – etwa eine allgemeine Kräftigung bei Erschöpfungszuständen –, beruhen vielfach auf Suggestion. Ganz abgesehen davon, dass es bei Erschöpfungszuständen nicht zweckmäßig ist, Schläfrigkeit und Müdigkeit durch anregende Mittel zu beseitigen, weil dann normale Erholungsvorgänge beeinträchtigt werden.

Wenn Stärkungsmittel tatsächlich »beleben«, ist diese Wirkung auf banale Inhaltsstoffe zurückzuführen: z. B. auf Coffein, das unter anderem in *Aktivanad-N* und *Leaton* enthalten ist.

Ginseng

Einer der beliebtesten Inhaltsstoffe in den Tonika ist die angebliche »Wunderwurzel« Ginseng (etwa in *Geriatric Pharmaton*). Die Fachzeitschrift »The Medical Letter« kommt zu dem Schluss, dass »es keinen überzeugenden Nachweis gibt, dass Ginseng irgendeinen positiven Effekt hervorruft«.

Wohl aber sind eine Reihe von unerwünschten Wirkungen bekannt geworden:

- Bluthochdruck,
- Hautausschläge,
- Nervosität,
- Ödeme (Flüssigkeitsansammlungen) und
- Durchfall.

Alkohol

Viele Tonika beziehen ihre »anregende« Wirkung auch aus dem Inhaltsstoff Alkohol (in *Aktivanad N*, *Buerlecithin flüssig*, *Leaton Vitamin Tonikum*).

Wegen des hohen Alkoholgehalts (79 Volumenprozent! Als 62,63 g! / 100 ml verschleiert!) wird das »Naturheilmittel« *Klosterfrau Melisengeist* in der »Roten Liste«, dem offiziellen Medikamentenverzeichnis der Pharmaindustrie in Deutschland, unter »Hypnotika/Sedativa« eingereiht – also bei den Schlaf- und Beruhigungsmitteln.

Lecithin

Ein weiterer, häufig in Stärkungsmitteln verwendeter Inhaltsstoff ist Lecithin (z. B. in *Buerlecithin*, *Geriatric Pharmaton*, *Vita Buerlecithin*). Ein therapeutischer Nutzen von Lecithin ist bislang jedoch nie überzeugend nachgewiesen worden.

Andere Inhaltsstoffe

Tonika, die Vitamine und Mineralien enthalten (z. B. *Geriatric Pharmaton*), sind ebenfalls nicht sinnvoll. Wenn ein entsprechender Mangel besteht, so muss er gezielt behandelt werden.

Für Propolis, Pollen, Weißdornextrakt, Herzgespannkraut, Hagebuttenextrakt, Leberextrakt und andere Inhaltsstoffe, die als »Hausmittel« gegen das Altern

gelten, gibt es bis jetzt keinen seriösen Beleg für eine Wirksamkeit gegen allgemeine Altersbeschwerden.

Sexualhormone im Alter

Die Theorie, dass Altern eine Folge der Keimdrüsenrückbildung sei und deshalb durch die Zufuhr von Hormonen wie etwa Melatonin oder DHEA aufgehalten werden könne, ist zwar längst widerlegt, taucht jedoch immer wieder in unterschiedlichen Varianten in den Medien auf. Seriöse Beweise dafür fehlen ebenso wie Erfahrungen über die Langzeitverträglichkeit.

Beide Hormone erhielten von den Arzneimittel-Behörden in Österreich und Deutschland wegen der Nebenwirkungsrisiken keine Zulassung, außer in homöopathischen Dosierungen. Manche Hersteller versuchen deshalb, diese Einschränkungen über Direktvertrieb oder über das Internet zu umgehen.

Weil eine chemische Vorstufe des DHEA in der Yamswurzel enthalten ist, wird ein entsprechender Extrakt über Bio-Versandhäuser nicht als Arzneimittel, sondern als Nahrungsmittel vertrieben.

Mittel gegen »Verkalkung« (Demenz, Arteriosklerose)

Mit dem Alter nehmen Anzeichen und Leiden zu, die auf eine verminderte Leistungsfähigkeit des Gehirns schließen lassen. Dazu gehören schnelle geistige Erschöpfbarkeit, Schwindel und Gangunsicherheit, Gedächtnisstörungen, Störungen des Schlaf-Wach-Rhythmus, Verwirrtheit und depressive Reaktionen.

Mediziner bezeichnen dies als Demenz, Laien sprechen von »Verkalkung«. Etwa jeder vierte 80-Jährige ist davon betroffen.

Was landläufig als »Verkalkung« bezeichnet wird, ist nur in 15 Prozent der Fälle tatsächlich auf eine Verkalkung im Gehirn zurückzuführen. Bei 70 Prozent der Fälle ist eine besondere Degenerationskrankheit mit Großhirnshwund die Ursache. Für die restlichen 15 Prozent sind andere Nervenerkrankungen und Alkoholmissbrauch verantwortlich.

Eine Unmenge von Arzneimitteln, die zur Linderung altersbedingter Beschwerden angeboten werden, soll die Hirndurchblutung bzw. den Stoffwechsel im Gehirn verbessern. Dabei handelt es sich vor allem um gefäßerweiternde oder die Psyche anregende Medikamente.

Ihr Wert als »Geriatrika« ist sehr umstritten: Der Abbau von Hirnleistungen kann nicht mit einer verminderten Durchblutung des Gehirns erklärt werden, da es keine altersbedingte Abnahme der Hirndurchblutung gibt. Darum kann eine verminderte Durchblutung nur die Folge von krankhaften Veränderungen der Hirngefäße oder des Herz-Kreislauf-Systems sein.

Die Steigerung der Durchblutung kann dann nur durch die Behandlung der Grundkrankheit behandelt werden, eine Anwendung von Mitteln zur Steigerung der Hirndurchblutung ist wertlos.

Alzheimer-Mittel

Etwa 500.000 Deutsche leiden unter Alzheimer-Demenz – der rätselhaften Krankheit des Vergessens. Das Risiko steigt mit zunehmendem Alter. Das Endstadium bedeutet geistiger Verfall und vollkommene Hilflosigkeit. Jeder achte 80-Jährige soll davon betroffen sein.

Meist verordnen die Ärzte sogenannte Nootropika (z. B. *Nootrop*, *Nootropil*, *Normabrain* oder *Generika mit dem Namen Piracetam + Firmenbezeichnung*). Dadurch können in manchen Fällen vielleicht einzelne Beschwerden gelindert werden, aber eine wirksame Behandlung existiert bis jetzt leider nicht.

Cholinesterasehemmer

Zu dieser Wirkstoffgruppe gehören:

- Donezepil (enthalten in *Aricept*)
- Galantamin (enthalten in *Reminyl*)
- Memantin (enthalten in *Axura*, *Ebixa*)
- Rivastigmin (enthalten in *Exelon*)

Wenn überhaupt, haben solche Mittel nur eine geringfügige Wirkung. Ein Langzeitnutzen ist bisher nicht ausreichend belegt.

Zahlreiche, teilweise schwerwiegende Nebenwirkungen – Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Hautausschläge, Leberveränderungen – sprechen gegen eine routinemäßige Verschreibung. Unsere Empfehlung lautet daher: Möglichst zweckmäßig.

Knoblauch gegen das Altern?

Laut einer Entscheidung des Europäischen Gerichtshofes vom November 2007 sind Knoblauchkapseln keine Medikamente und können damit auch nicht der Verhütung oder Heilung einer Krankheit dienen.

Falls Sie trotzdem auf Knoblauch gegen das Altern schwören, sollten Sie frische Knoblauchzehen verwenden – es ist ein gutes, vor allem in der südländischen Küche häufig verwendetes Gewürz. Zwei bis vier kleine Knoblauchzehen pro Tag sind ausreichend. Knoblauch schadet nicht, auch wenn er in größeren Mengen verzehrt wird.

Stärkungsmittel und Mittel gegen Altersbeschwerden

Präparat	Wichtigste Nebenwirkungen	Empfehlung
Aktivanad N (D) Saft Aktivanad-flüssig (Ö) Saft Leberextrakt (Rinderleber), Hefeextrakt, Hagebuttenextrakt, Coffein, Benzoesäure, Alkohol	Schlafstörungen. Vorsicht: Enthält Alkohol!	Abzuraten Nicht sinnvolles Kombinationspräparat. Die therapeutische Wirksamkeit von vitaminhaltigen Leberextrakten ist zweifelhaft.
Aricept (D/Ö) Filmtabl. Donepezil <i>Rezeptpflichtig</i>	Appetitlosigkeit, Durchfall, Erbrechen, Übelkeit, Magen-Darm-Beschwerden, schwere Leberschäden, Muskelkrämpfe, Kopfschmerzen, evtl. Müdigkeit. Es können sich Bläschen auf der Haut bilden. Schwindel, Halluzinationen und verlangsamer Herzschlag sind möglich	Möglicherweise zweckmäßig In einer großen industrieunabhängigen Untersuchung konnte keine überzeugende positive Wirkung auf die Lebensqualität nachgewiesen werden. In klinischen Studien zeigte sich, dass mit diesem Medikament die Alzheimer-Demenz höchstens kurzfristig (6–12 Monate) und geringfügig aufgehalten werden kann. Ein Langzeitnutzen ist bisher nicht ausreichend belegt.
Axura (D/Ö) Filmtabl., Tropfen Memantin <i>Rezeptpflichtig</i>	Verwirrtheit, Blasenentzündung, Halluzinationen, Schwindel, Muskelverspannungen	Möglicherweise zweckmäßig In einer großen industrieunabhängigen Untersuchung konnte keine überzeugende positive Wirkung auf die Lebensqualität nachgewiesen werden. In klinischen Studien zeigte sich, dass mit diesem Medikament die Alzheimer-Demenz höchstens kurzfristig (6–12 Monate) und geringfügig aufgehalten werden kann. Ein Langzeitnutzen ist bisher nicht ausreichend belegt.
Biovital aktiv (D) Flüssigkeit Weißdornextrakt, Vitamin B1, B2, B6, C, Eisen II, Nicotinamid, Coffein	Übelkeit, Durchfall, Verstopfung, Schwarzfärbung von Stuhl und Zähnen, Schlafstörungen	Abzuraten Nicht sinnvolles Kombinationspräparat von anregend wirkendem Coffein und Vitaminen, gemischt mit einem Pflanzenextrakt und Eisen. Zur Behebung von Vitamin- und Eisenmangelzuständen ist die gezielte Einnahme des entsprechenden Vitamins oder eines Eisenpräparats vorzuziehen.

Biovital classic (D) Flüssigkeit
Eisen-III-Salz, Vitamin B1, B2,
B6, B12, C, Nicotinamid,
Extrakte aus Weißdorn und
Herzgespannkraut

Übelkeit, Durchfall, Verstopfung,
Schwarzfärbung des Stuhls,
Schwarzfärbung der Zähne.
Vorsicht: enthält Alkohol!

Abzuraten

Nicht sinnvolle Kombination von vielen Vitaminen («Schrotschusstherapie») mit pflanzlichen Extrakten und einem therapeutisch unzureichenden Eisen-III-Salz.

Buer Lecithin (D)
Tonikum, Granulat
Buerlecithin (Ö) Flüssig
Dragees, compact-Faszikel
Sojalecithin
Tonikum und Flüssig enthalten zusätzlich Alkohol!

Keine wesentlichen bekannt.
Vorsicht: Tonikum und Flüssig enthalten zusätzlich Alkohol!

Wenig zweckmäßig

Die therapeutische Wirksamkeit ist bei den vom Hersteller angegebenen Anwendungsgebieten (z. B. Nachlassen der körperlichen und geistigen Spannkraft, Gedächtnisschwäche) zweifelhaft. Möglicherweise nützlich zur Unterstützung einer Verbesserung der Konzentration.

Doppelherz Vital (D)
Tonikum N (alkohol- und zuckerfrei)
Extrakte aus Weißdornblättern und -blüten,
Hopfenzapfen, Baldrianwurzel,
Melissenblätter, Ginsengwurzel

In sehr hohen Dosierungen Blutdruckabfall und Herzrhythmusstörungen möglich

Wenig zweckmäßig

Kombination aus beruhigenden angeblich herzstärkenden und vitalisierenden pflanzlichen Extrakten. Der Nutzen als Mittel zur Unterstützung der Herz-Kreislauf-Funktion oder zur Förderung des Allgemeinbefindens ist zweifelhaft.

Doppelherz-Energie-Tonikum S (D) Flüssigkeit
Vitamin B₂, B₆, B₁₂,
Nicotinamid, Honig,
Invertzucker, Tinktur aus Baldrianwurzel,
Hopfenzapfen,
Weißdornbeeren

In sehr hohen Dosierungen Blutdruckabfall und Herzrhythmusstörungen. Vorsicht: enthält Alkohol!

Abzuraten

Nicht sinnvolles Kombinationspräparat von beruhigenden und herzstärkenden Pflanzentinkturen mit Vitaminen. Zweifelhafter Nutzen. Bei einem Vitaminmangel, der aber sehr selten auftritt, ist die gezielte Einnahme einzelner Vitamine vorzuziehen.

Doppelherz Aktiv Tonikum alkohol- und zuckerfrei (Ö)
Tonikum
Extrakte aus Hopfenzapfen,
Weißdornblüten,
Melissenblättern

In sehr hohen Dosierungen Blutdruckabfall und Herzrhythmusstörungen

Wenig zweckmäßig

Kombination von herzstärkenden mit beruhigend wirkenden pflanzlichen Extrakten. Der Nutzen bei Rekonvaleszenz oder bei leichten Herz-Kreislauf-Beschwerden ist zweifelhaft.

Ebixa (D/Ö) Filmtabl., Tropfen
Memantin
Rezeptpflichtig

Verwirrtheit, Blasenentzündung, Halluzinationen, Schwindel, Muskelverspannungen

Möglicherweise zweckmäßig

In einer großen industrieunabhängigen Untersuchung konnte keine überzeugende positive Wirkung auf die Lebensqualität nachgewiesen werden. In klinischen Studien zeigte sich, dass mit diesem Medikament die Alzheimer-Demenz höchstens kurzfristig (6–12 Monate) und geringfügig aufgehoben werden kann. Ein Langzeitnutzen ist bisher nicht ausreichend belegt.

Exelon (D/Ö) Hartkaps., Tropfen
Rivastigmin
Rezeptpflichtig

Appetitlosigkeit, Durchfall, Erbrechen, Übelkeit, Magen-Darm-Beschwerden, Schwitzen, Kopfschmerzen, evtl. Müdigkeit. Es können sich Bläschen auf der Haut bilden. Schwindel, Halluzinationen und verlangsamter Herzschlag sind möglich, evtl. Angina-Pectoris-Anfälle

Möglicherweise zweckmäßig

In einer großen industrieunabhängigen Untersuchung konnte keine überzeugende positive Wirkung auf die Lebensqualität nachgewiesen werden. In klinischen Studien zeigte sich, dass mit diesem Medikament die Alzheimer-Demenz höchstens kurzfristig (6–12 Monate) und geringfügig aufgehoben werden kann. Ein Langzeitnutzen ist bisher nicht ausreichend belegt.

Geriatric Pharnaton (Ö)
Kaps.
Ginsengextrakt, Vitamin A, B₁, B₂, B₆, B₁₂, C, D₃, E, Nikotinamid, Biotin, Folsäure, Rutin, Eisen-II, Kalzium, Selen, Kupfer, Mangan, Zink, Lecithin, Magnesium

Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit

Abzuraten

als Mittel gegen Altersbeschwerden. Bei einem Vitaminmangel, der aber sehr selten auftritt, ist die gezielte Einnahme eines einzelnen Vitamins oder einer bestimmten Vitamingruppe vorzuziehen. Dieses Präparat enthält Inhaltsstoffe mit zweifelhafter therapeutischer Wirksamkeit (Ginsengextrakt, Rutin).

Geroaslan-H3 (Ö) Drag.
Procain, Benzoesäure, Kaliumbisulfid

Selten allergische Reaktionen

Abzuraten

Wirksamkeit gegen Altersbeschwerden zweifelhaft. In jahrelangen klinisch-kontrollierten Studien keine Wirksamkeit feststellbar.

Ginsana (D/Ö) Kaps., Tonikum
Ginsengextrakt
Tonikum enthält
Alkohol

Bluthochdruck, Hautausschläge, Nervosität, Ödeme (Flüssigkeitsansammlungen) möglich. In sehr hoher Dosierung depressive Zustände möglich. Achtung: Tonikum enthält Alkohol!

Wenig zweckmäßig

Therapeutischer Nutzen als Stärkungsmittel nicht ausreichend nachgewiesen. Nur in Tierversuchen wurde eine leistungssteigernde Wirkung beobachtet.

Glutamin Verla (D) Tabl.
Glutaminsäure

Magen-Darm-Störungen sind möglich

Wenig zweckmäßig

Eine leistungssteigernde Wirkung mit diesem als »Gehirnnahrung« bezeichneten Inhaltsstoff ist nicht ausreichend nachgewiesen. Deshalb ist auch die Einnahme von Glutaminsäure bei Schulkindern überflüssig.

K. H. 3 (D) Kaps.
K. H. 3 Geriatricum (Ö) Kaps.
Wirkstoffe: Procain, Hämatoporphyrin;
in D zusätzlich: basisches Magnesiumcarbonat, Kaliumchlorid, Magnesiumhydrogenphosphat, Natriummonohydrogenphosphat

Laut einer Studie von Prof. M. Hall hat *K. H. 3* ein »Übermaß an Nebenwirkungen«, z. B. Migräne. In seltenen Fällen schwere, unter Umständen lebensbedrohliche Störungen des Immunsystems (Lupus erythematoses) möglich. Außerdem: Unruhe

Abzuraten

Therapeutische Wirksamkeit in zahlreichen vom Hersteller angegebenen Anwendungsgebieten (etwa »Schwerhörigkeit, Kreislaufschwäche, verminderte Gefäßelastizität, zerebrale Mangel durchblutung«, in Österreich sogar ganz allgemein »Geriatric«) ist bislang wissenschaftlich nicht zweifelsfrei und ausreichend abgesichert worden. Laut einer Studie von Prof. Hall hatte *K. H. 3* bei der überwiegenden Zahl der untersuchten Alterungserscheinungen keine positive Wirkung. Lediglich drei Merkmale zeigten eine Verbesserung.

Klosterfrau aktiv (D) Kaps.
Knoblauch-Ölmazerat, Johanniskraut- und Weizenkeimölmazerat, Vitamine A, E

Knoblauch kann in höheren Dosierungen gewebsschädigend wirken

Wenig zweckmäßig zur

Behandlung von Vitamin-Mangelerscheinungen. Die therapeutische Wirksamkeit von Knoblauch-Ölmazerat bleibt zweifelhaft.

Leaton Vitamin-Tonikum

(Ö) Saft für Erwachsene
Vitamin A, B1, B2, B6, B12, C,
D2, E, Panthenol, Nikotinamid,
Coffein, Alkohol

Möglicherweise Schlafstörun-
gen durch Coffein. Vorsicht:
enthält Alkohol!

Abzuraten

Multivitaminpräparat. Bei Vita-
minmangel, der aber nur sel-
ten auftritt, ist die gezielte
Einnahme eines einzelnen Vit-
amins oder einer bestimmten
Vitamingruppe vorzuziehen.
Dieses Präparat enthält In-
haltsstoffe mit zweifelhaftem
therapeutischem Nutzen (Vita-
min E, Panthenol).

Nootrop (D)

Nootropil (Ö) Granulat,
Filmtabl., Lösung,
Injektionslösung
Infusionslösung
Piracetam
Rezeptpflichtig

Ängstlichkeit, Schlaflosigkeit,
Nervosität, verstärktes Schwit-
zen, verstärkte Depression,
Magenschmerzen, Übelkeit

**Möglicherweise zweckmäßig
zur** Behandlung von Hirnlei-
stungsstörungen im Alter.

Normabrain (D)

Filmtabl.,
Kaps., Lösung, Granulat,
Infusionslösung
Piracetam
Rezeptpflichtig

Ängstlichkeit, Schlaflosigkeit,
Nervosität, verstärktes Schwit-
zen, verstärkte Depression,
Magenschmerzen, Übelkeit

**Möglicherweise zweckmäßig
zur** Behandlung von Hirnlei-
stungsstörungen im Alter.

Pharmaton Vitalkapseln N

(D) Kaps.
Ginsengextrakt, Vitamin A,
B1, B2, B6, B12, C, D2,
Nikotinamid, Folsäure,
Rutosid, Eisen, Kalzium, Zink,
Magnesium, Phosphor

Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit

Abzuraten

als Mittel zur Steigerung der
Lebensenergie. Bei einem Vi-
taminmangel, der aber sehr
selten auftritt, ist die gezielte
Einnahme eines einzelnen Vi-
tamins oder einer bestimmten
Vitamingruppe vorzuziehen.
Die therapeutischer Wirksam-
keit von Ginsengextrakt ist
zweifelhaft.

Piracebral (D)

Filmtabl.,
Lösung
Piracetam
Rezeptpflichtig

Ängstlichkeit, Schlaflosigkeit,
Nervosität, verstärktes Schwit-
zen, verstärkte Depression,
Magenschmerzen, Übelkeit

Wenig zweckmäßig zur

Behandlung von Hirnleistungs-
störungen im Alter.

Piracetam AbZ (D)

Piracetam AL (D)
Piracetam-CT (D)
Filmtabletten
Wirkstoff: Piracetam
Rezeptpflichtig

Ängstlichkeit, Schlaflosigkeit,
Nervosität, verstärktes Schwit-
zen, verstärkte Depression,
Magenschmerzen, Übelkeit

Wenig zweckmäßig zur

Behandlung von Hirnleistungs-
störungen im Alter.

<p>Piracetam neuraxpharm (D) Filmtabl., Granulat, Lösung Piracetam-ratiopharm (D) Kaps., Filmtabl., Lösung Piracetam Sandoz (D) Filmtabl. Piracetam STADA (D) Filmtabl. <i>Wirkstoff: Piracetam</i> <i>Rezeptpflichtig</i></p>	<p>Ängstlichkeit, Schlaflosigkeit, Nervosität, verstärktes Schwitzen, verstärkte Depression, Magenschmerzen, Übelkeit</p>	<p>Wenig zweckmäßig zur Behandlung von Hirnleistungsstörungen im Alter.</p>
<p>Priorin (Ö) Kaps. Hirseextrakt, Calciumpantothenat, L-Cystein</p>	<p>Keine wesentlichen zu erwarten</p>	<p>Wenig zweckmäßig Wirksamkeit bei den vom Hersteller angegebenen Anwendungsgebieten, wie z. B. Haarausfall, zweifelhaft. Vertretbar wegen geringer Schädlichkeit.</p>
<p>Reminyl (D/Ö) Filmtabl., Lösung Galantamin <i>Rezeptpflichtig</i></p>	<p>Appetitlosigkeit, u. U. mit Gewichtsabnahme, Durchfall, Erbrechen, Übelkeit, Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen, evtl. Müdigkeit. Es können sich Bläschen auf der Haut bilden. Schwindel, Halluzinationen und verlangsamter Herzschlag sind möglich</p>	<p>Möglicherweise zweckmäßig In einer großen industrieunabhängigen Untersuchung konnte keine überzeugende positive Wirkung auf die Lebensqualität nachgewiesen werden. In klinischen Studien zeigte sich, dass mit diesem Medikament die Alzheimer-Demenz höchstens kurzfristig (6–12 Monate) und geringfügig aufgehalten werden kann. Ein Langzeitnutzen ist bisher nicht ausreichend belegt.</p>
<p>Sangenor (Ö) Trinkamp. Mono-Arginin-Aspartat</p>	<p>Keine wesentlichen bekannt, allergische Reaktionen auf die Konservierungsmittel (Parabene) möglich</p>	<p>Abzuraten Für die vom Hersteller angegebenen Anwendungsbereiche wie Erschöpfung, Ermüdbarkeit und Nachlassen der Konzentrationsfähigkeit im Alter ist eine Wirksamkeit nicht belegt. In Deutschland vom ehemaligen Bundesgesundheitsamt negativ bewertet.</p>
<p>Vigodana N (D) Kaps. Vit. E, Magnesium, Hämatorporphyrin</p>	<p>Bei hoher Dosierung Magen-Darm-Beschwerden (u. a. Durchfall wegen Magnesium)</p>	<p>Abzuraten Für die vom Hersteller angegebenen Anwendungsbereiche wie Erschöpfung, Ermüdbarkeit und Nachlassen der Konzentrationsfähigkeit im Alter ist eine Wirksamkeit nicht belegt.</p>

Vita-Gerin-Geistlich

(D/Ö) Kaps.

Wirkstoffe: Dimethylamino-
äthanolrotat
(= Deanol-Orotat),
Magnesiumorotat,
Vitamine A, B₁, B₂, B₆, C,
Nikotinamid, Vitamin E, Eisen
II, Cholin,
Calciumhydrogenphosphat;
in Ö zusätzlich: Vit. B₁₂,
Panthenol, Calcium-
Magnesium-Inosithexa-
phosphat, Kupfer, Adenosin
Rezeptpflichtig (Ö)

Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit

Abzuraten

als Mittel gegen Altersbe-
schwerden. Bei einem Vit-
aminmangel, der auch im Alter
sehr selten auftritt, ist die ge-
zielte Einnahme eines einzel-
nen Vitamins oder einer be-
stimmten Vitamingruppe vor-
zuziehen. Die therapeutische
Wirksamkeit mancher Inhalts-
stoffe (z. B. Magnesiumoro-
trat, Vitamin E, Panthenol) ist
zweifelhaft. Dimethylaminoät-
hanol ist ein Spaltprodukt des
Procain – siehe dazu z. B. das
Medikament *K. H. 3*.

Vitasprint B₁₂ (D)

Trinkfläschchen, Kaps.
Glutamin, Phosphoserin,
Vitamin B₁₂

Keine wesentlichen bekannt

Abzuraten

Die Verwendung von Vitamin
B₁₂ ist nur bei einer bestimm-
ten Form von Blutarmut (perni-
ziöse Anämie) zweckmäßig.
Hierfür erscheint dieses völlig
überdosierte Kombinationsprä-
parat aber ungeeignet.

Medikamente im Alter

Altern ist keine Krankheit. Wohl aber bringt es oft Krankheiten mit sich. Und die müssen gezielt behandelt werden, oft auch mit Medikamenten. Häufig zeigt es sich dann, dass eine konsequente Behandlung der tatsächlichen Krankheit die allgemeinen und diffusen »Altersbeschwerden« zum Verschwinden bringt.

Der ärztliche Reflex, halt etwas zu verschreiben, wenn ein älterer Patient über Beschwerden klagt, ist leider weit verbreitet. Doch gerade in der Geriatrie (Medizin im Alter) ist es wichtig, durch eine sorgfältige Untersuchung das Grundübel der Beschwerden ausfindig zu machen und gezielt zu behandeln.

So sind beispielsweise Schlaflosigkeit und nächtliche Unruhe, aber auch Gedächtnisstörungen und Verwirrtheit nicht selten auf Hirndurchblutungsstörungen zurückzuführen, die durch eine verminderte Leistung des Herzmuskels ver-

ursacht werden. Wird die Pumpleistung durch eine regelmäßige und genau dosierte Einnahme von Herzmitteln gesteigert, kann es wieder zu einer völlig normalen Hirndurchblutung kommen.

Schlafmittel würden in diesem Fall nur eine kurzfristige Linderung mit sich bringen. Längst ist bekannt, dass es auch Medikamente gibt, die, wenn man sie weglässt, die Hirntätigkeit steigern: z. B. Beruhigungsmittel und Psychopharmaka, die vor allem alten Menschen viel zu häufig verordnet werden.

Und oft sind es nicht Medikamente, welche die Beschwerden tatsächlich beheben: Soziale Kontakte oder Tanzen übertreffen jedes angeblich geistleistungssteigernde Medikament. 1 1/2 Liter Flüssigkeit pro Tag sind oft besser als jedes durchblutungsfördernde Mittel.

Mit besonderer Vorsicht

Da im Alter naturgemäß mehr chronische Erkrankungen (z. B. Herzleiden) auftreten, ist für viele ältere Menschen die dauerhafte Einnahme von Medikamenten notwendig.

Der Berliner Pharmakologe Helmut Kewitz hat über die Arzneimittelbehandlung bei älteren Menschen folgenden Ratschlag gegeben: »Die erste Aufgabe bei Arzneyverordnungen in der Geriatrie lautet, das Entbehrliche wegzulassen und die Verschreibung auf das unbedingt Notwendige zu beschränken. Entbehrlich sind vor allem die Arzneimittel, deren therapeutische Wirksamkeit nicht nachgewiesen ist, insbesondere dann, wenn mit ihrer Anwendung ein Risiko verbunden ist.«

Pillenflut im Alter

Leider sieht die Wirklichkeit anders aus. Mehr als die Hälfte der über 65-Jährigen nimmt in Deutschland regelmäßig vier bis sechs verschiedene Medikamente ein: hauptsächlich Mittel gegen Durchblutungsstörungen, Mittel gegen Angina Pectoris, blutgerinnungshemmende Mittel, Rheumamittel und Mittel gegen Zuckerkrankheit. Dazu kommen zahlreiche nicht rezeptfreie Präparate wie Abführmittel, Schmerzmittel und Vitamine.

Nebenwirkungen

Ältere Menschen nehmen nicht nur viel mehr Medikamente zu sich, sie leiden auch viel mehr darunter. Die Arzneimittelkommission der Deutschen Ärzteschaft hat festgestellt, dass bei *alten Menschen Nebenwirkungen siebenmal häufiger auftreten als bei jungen*.

Wenn die Leistung der Nieren im Alter zurückgeht, was häufig der Fall ist, bleiben Arzneistoffe, die durch die Nieren ausgeschieden werden (wie Digoxin, Aminoglykosid-Antibiotika, Sulfonamide, Kalium), unter Umständen doppelt so lange im Körper.

Hauptursache für die häufiger auftretenden Nebenwirkungen bei älteren Menschen sind jedoch nicht solche organischen Gründe, sondern:

1. die oft ungenauen oder unzureichenden Diagnosen durch die Ärzte,
2. die unkritische Einschätzung der Notwendigkeit einer Behandlung mit Medikamenten,
3. Routineverschreibungen, die mit einer Tendenz verbunden sind, immer wiederholt zu werden, anstatt dass der Patient neuerlich untersucht wird.

Paradoxe Erscheinungen

Obwohl die Wirkung der Arzneimittel grundsätzlich vom Lebensalter unabhängig ist, also qualitativ gleich bleibt, kann es bei älteren Menschen häufig zu paradoxen Reaktionen kommen: Beruhigungsmittel und Tranquilizer können statt Beruhigung Verwirrungszustände, Unruhe, Ängstlichkeit und Depressionen auslösen, Schlafmittel können eine starke Erregung hervorrufen. Das hat mit der unterschiedlichen Medikamenten-Empfindlichkeit älterer Menschen zu tun. In einigen Fällen ist sie vermindert, häufig jedoch deutlich erhöht.

Wechselwirkungen

Durch die gleichzeitige Verwendung mehrerer Präparate kann es zu bedrohlichen Arzneimittel-Wechselwirkungen kommen. Diese können besonders im Zusammenhang mit folgenden Medikamenten-Gruppen auftreten: blutgerinnungshemmende Mittel, Mittel gegen Depressionen, Krampfmittel, blutdrucksenkende Mittel, Tabletten gegen Zuckerkrankheit, herzstärkende Mittel, Krebsmittel.

A

Aktivanad N 12
 Aktivanad-flüssig 12
 Alter 5

- Sexualhormone 9
- Stärkungsmittel 7
- und Medikamente 19
- Vitaminmangel 7

Älterwerden 6

Alzheimer 10

Aricept 12

Axura 12

B

Biovital aktiv 12

Biovital classic 13

Buer Lecithin 13

Buerlecithin 13

C

Cholinesterasehemmer 10

D

Demenz 9

DHEA 9

Donezepil 10

Doppelherz Aktiv Tonikum alkohol-
 und zuckerfrei 13

Doppelherz Vital 13

Doppelherz-Energie-Tonikum S 13

E

Ebixa 14

Exelon 14

G

Galantamin 10

Geriatric Pharmaton 14

Geriatrika 6

Geroaslan-H3 14

Ginsana 15

Ginseng 8

Glutamin Verla 15

H

Hagebuttenextrakt 8

K

K. H. 3 15

K. H. 3 Geriatricum 15

Klosterfrau aktiv 15

Knoblauch gegen das Altern 11

L

Leaton Vitamin-Tonikum 16

Lecithin 8

M

Melatonin 9

Memantin 10

N

Nootrop 16

Nootropika 10

Nootropil 16

Normabrain 16

P

Pharmaton Vitalkapseln N 16

Piracebral 16

Piracetam 10

Piracetam AbZ 16

Piracetam AL 16

Piracetam neuraxpharm 17

Piracetam Sandoz 17

Piracetam STADA 17

Piracetam-CT 16
Piracetam-ratiopharm 17
Pollen 8
Priorin 17
Procain gegen das Altern 6
Propolis 8

R

Reminyl 17

Rivastigmin 10

S

Sangenor 17

V

Vigodana N 17
Vita-Gerin-Geistlich 18
Vitasprint B12 18