

Bittere Pillen

Nutzen und Risiken der Arzneimittel



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.

Malaria

So bewerten wir	2
Malaria-Mittel	5
Index	11

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.

Malaria-Mittel

Malaria wird durch den Stich der weiblichen Anophelesmücke übertragen. Die Mücke sticht einen Malaria-Infizierten und nimmt mit seinem Blut die Erreger auf. Diese entwickeln sich in der Mücke fort und wandern in die Speicheldrüsen der Mücke.

Beim nächsten Stich gelangen die Erreger in das Blut des Gestochenen, werden zu seiner Leber transportiert und vermehren sich. Schließlich dringen die Erreger in die roten Blutkörperchen des gestochenen Menschen ein und bringen sie zum Platzen – dadurch wird ein Fieberschub ausgelöst. Dies wiederholt sich in rhythmischen Abständen alle paar Tage. Die Zeit, die zwischen dem Mückensstich und dem Auftreten von Fieber vergeht, kann je nach Art des Malaria-Erregers eine bis vier Wochen dauern.

Allgemeine Vorbeugungsmaßnahmen gegen Malaria

Zur Vorbeugung gegen die in manchen Fällen lebensgefährliche Malaria-Krankheit sollte man folgende Maßnahmen beachten:

- Die meisten Anophelesmücken stechen in der Abenddämmerung oder im Morgengrauen. Besonders in dieser Zeit sollte man sich also in Räumen aufhalten, in die keine Mücken eindringen können.
- Der wichtigste Schutz gegen Anophelesmücken ist ein Moskitonetz, das in vielen Reiseländern zur Standardausrüstung von Hotelzimmern gehört. Wer in Gegenden ohne entsprechende Hotels reist, sollte ein auch bei uns im Handel erhältlichliches Moskitonetz mitnehmen. Sinnvoll ist es außerdem, Türen und Fenster mit entsprechenden Netzen zu sichern.
- Wer sich abends oder nachts im Freien aufhält, sollte den Mücken möglichst wenig nackte Haut bieten und sich mit einem insektenabweisenden Stoff (Repellent) schützen (z. B. *Autan*, *Pel-lit-Mücken-Gel* etc.). Diese Mittel wirken etwa sechs bis acht Stunden lang.
- Insektensprays und Elektroverdampfer zum Schutz von Schlaf- und Wohnräumen sind zwar wirksam, haben jedoch zwei Nachteile: Sie können beim Menschen Nebenwirkungen wie Atembe-

schwerden, Unwohlsein, Übelkeit und Kopfschmerzen verursachen. Und treibgashaltige Sprays schädigen die Umwelt.

Malaria-Vorbeugung durch Medikamente

In Deutschland werden jährlich etwa 1.500 Fälle von Malaria registriert. Tendenz: steigend. Die Krankheit ist immer »importiert«.

Durch die Einnahme von Medikamenten kann man das Risiko einer Malaria-Erkrankung zwar verringern, aber nicht gänzlich ausschalten. Außerdem können bei allen Malaria-Mitteln Nebenwirkungen auftreten, die das Wohlbefinden stark beeinträchtigen oder in seltenen Fällen sogar gefährlich sind.

Weil immer häufiger Malaria-Erreger vorkommen, die gegen die eingenommenen Medikamente resistent sind, verändern sich die Empfehlungen zur Vorbeugung (Prophylaxe) ständig. Der Schutz vor Malaria wird damit zunehmend problematischer. Man sollte vor einer Reise auf alle Fälle die neuesten Empfehlungen bei einem Tropeninstitut einholen.

Welches Medikament?

Um zu entscheiden, welche Vorbeugung für Sie am besten ist, müssen Sie folgende Fragen beantworten:

- Ist Ihr Reiseland ein Malariagebiet?
- Wie groß ist das Malariarisiko? Bei der Vorbeugung mit den Medikamenten Chloroquin (*Resochin* [D/Ö]) oder Mefloquin (*Lariam* [D/Ö]) ist das Risiko, wegen einer schweren Nebenwirkung das Krankenhaus aufsuchen zu müssen, etwa 1:10.000. Das Risiko können Sie bei Tropeninstituten erfragen. Reisen Sie in ein Gebiet mit einem Malariarisiko kleiner als 1:10.000, können Sie eventuell auf die medikamentöse Vorbeugung verzichten. In diesem Fall sollten Sie jedoch eine Notfallbehandlung mit sich führen.

Wenn Sie eine Vorbeugung mit Medikamenten durchführen, sollten Sie Folgendes beachten:

Beginnen Sie ein bis zwei Wochen vor der Abreise. Erstens hat damit der Blutspiegel des Medikaments schon bei der Ankunft im Reiseland einen schützenden

Pegel erreicht; und außerdem können Sie dadurch noch zu Hause die Verträglichkeit des Mittels testen.

- Halten Sie sich während des Aufenthalts an die Einnahmever-schriften.
- Nehmen Sie das Medikament auch nach der Rückkehr noch vier Wochen lang weiter ein. Wenn sich Malariaerreger in der Leber befinden, schwärmen sie in den kommenden vier Wochen ins Blut aus. Dort kann sie das Medikament unschädlich machen.

Medikamente

1. Resochin:

Als Standardmedikament für die Malaria-Prophylaxe gilt nach wie vor *Resochin* (D/Ö). Die Einnahme – zwei Tabletten pro Woche für Erwachsene – muss eine Woche vor dem Aufenthalt im malariaverseuchten Gebiet beginnen und noch vier Wochen nach dem Verlassen des Gebiets fortgesetzt werden.

Als **Nebenwirkungen** können Magenbeschwerden, Übelkeit, Schwindel und Kopfschmerzen auftreten. Das Medikament wird besser vertragen, wenn man es abends nach dem Essen einnimmt. Die Gefahr von Netzhautschäden besteht hauptsächlich bei lang dauernder, hochdosierter Einnahme von *Resochin*; bei der für die Malaria-Prophylaxe üblichen Dosierung tritt diese Nebenwirkung extrem selten auf.

In Gegenden mit Resistenzen und mittelgroßem Risiko kann *Resochin* mit *Palu-drine* (enthält den Wirkstoff Proguanil) kombiniert werden.

2. Mefloquin:

In Ländern mit hohem Risiko und *Resochin*-Resistenzen kann zur Vorbeugung das Mittel *Lariam* (enthält den Wirkstoff Mefloquin) eingenommen werden, und zwar in einer Dosierung von einer Tablette pro Woche über maximal acht Wochen. *Lariam* sollte nicht eingenommen werden von Schwangeren, Kindern unter 15 Kilogramm Körpergewicht, Patienten mit Krampfanfällen, psychiatrischen Erkrankungen und Patienten, die gleichzeitig Betablocker oder Kalzium-Antagonisten einnehmen.

Nebenwirkungen wie Übelkeit, Erbrechen, Benommenheit und Schwindel treten häufig auf. Neuerdings gibt es viele Berichte über schwerwiegende psychische Nebenwirkungen wie Depressionen, Halluzinationen und Panikattacken.

Mehr als drei Viertel aller Störfwirkungen zeigen sich bereits nach der dritten Tablette. Wer erstmals *Lariam* verwendet, sollte damit etwa zweieinhalb Wochen vor der Reise beginnen, damit beim Auftreten von Problemen noch Zeit bleibt, auf ein anderes Medikament zu wechseln.

3. Fixkombination Atovaquon + Proguanil:

Diese Kombination (enthalten z. B. in *Malarone*) gilt als Alternative zu Mefloquin. *Malarone* darf nur für maximal vierwöchige Reisen verwendet werden. Die Einnahme kann bereits eine Woche nach Verlassen des malariaverseuchten Gebiets beendet werden.

Malaria-Behandlung für den Notfall

Wenn Sie auf die vorbeugende Einnahme von Malaria-Medikamenten verzichten, sollten Sie folgende Notfall-Ausrüstung mitnehmen:

- Verzichten Sie auf Schnelltests wie *Mala Quick Test*, weil das Ergebnis sehr unsicher ist.
- Bei Verdacht auf Malaria – Fieber über 38,5° C ab einer Woche nach der Einreise in ein Malaria-Gebiet sowie Kopf- und Gliederschmerzen – sollten Sie als Notfall-Behandlung unbedingt ein Medikament schlucken. Sie können wählen zwischen *Lariam* oder *Malarone*. Besprechen Sie vor Ihrer Reise mit einem Arzt, was für Sie am günstigsten ist. Schreiben Sie sich genau auf, wie viele Tabletten und in welchem Abstand Sie diese im Notfall einnehmen müssen.
- Wenn Sie mit Malaria infiziert sind, sollten Sie unbedingt und in jedem Fall innerhalb von 24 Stunden einen Arzt/eine Ärztin aufsuchen – auch dann, wenn Sie die Notfall-Behandlung durchführen. Je mehr Zeit zwischen dem ersten Auftreten von Malaria-Anzeichen und einer optimalen Behandlung vergeht, umso geringer wird Ihre Überlebenschance. Malaria ist häufig eine lebensgefährliche Erkrankung!

Erkundigen Sie sich vor der Reise bei einem Tropeninstitut, welches Malaria-Risiko besteht und welches Medikament Sie zur Prophylaxe anwenden sollen.

Malaria-Anzeichen können sehr vieldeutig sein:

- Fieber,
- Kopf-,
- Bauch- und Gliederschmerzen,
- Schweißausbrüche,
- Durchfall.

Suchen Sie unverzüglich einen Arzt auf, wenn Sie unter unerklärlichen Beschwerden dieser Art leiden, und sagen Sie ihm, dass Sie in einem Malaria-Gebiet Urlaub gemacht haben.

Malaria-Vorbeugung durch Homöopathie?

Immer wieder liest man von homöopathischen Medikamenten, die zur Vorbeugung gegen Malaria wirksam sein sollen. Der »Deutscher Zentralverein Homöopathischer Ärzte« und die »Deutsche Homöopathische Union« stellen dazu unmissverständlich fest, dass für Malaria »keine vorbeugenden homöopathischen Medikamente existieren« und zur Vorbeugung außer den üblichen Maßnahmen die anerkannten Malaria-Mittel verwendet werden sollen.

Malaria-Mittel

Präparat	Wichtigste Nebenwirkungen	Empfehlung
Lariam (D/Ö) Tabl. Mefloquin <i>Rezeptpflichtig</i>	Schwindel, Übelkeit, Durchfall, Herzrhythmusstörungen, psychotische Reaktionen	Therapeutisch zweckmäßig zur Behandlung bei Chloroquin-(Resochin-)resistenten Erregern. Zur Vorbeugung nur in besonderen Fällen verwenden.
Malarone/ Junior (D/Ö) Filmtabl. Atovaquon, Proguanil <i>Rezeptpflichtig</i>	Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen, Husten	Therapeutisch zweckmäßig zur Behandlung bei unkomplizierter Malaria tropica. Malariamittel der Reserve. Noch relativ wenig erprobt.
Paludrine (D/Ö) Tabl. Proguanil <i>Rezeptpflichtig</i>	Magen-Darm-Beschwerden, selten Haarausfall, Hauterscheinungen	Therapeutisch zweckmäßig zur Vorbeugung (insbesondere zur Langzeitvorbeugung), bei höherem Risiko nur zusammen mit Chloroquin (z. B. Resochin).
Resochin (D/Ö) Filmtabl., nur D: Junior Tabl. Chloroquin <i>Rezeptpflichtig</i>	Übelkeit, Schwindel	Therapeutisch zweckmäßig zur Vorbeugung und Behandlung von Malaria, wenn die Krankheitserreger Chloroquin-empfindlich sind.

A

Atovaquon 8

L

Lariam 10

M

Malaria 5

- Anzeichen 9
- Medikamente 7
- Notfall 8
- Vorbeugung 6

Malarone 10

Malarone Junior 10

Mefloquin 7

P

Paludrine 10

Proguanil 8

R

Resochin 7, 10