

Bittere Pillen

Nutzen und Risiken der Arzneimittel



Niedriger Blutdruck

So bewerten wir	2
Mittel gegen niedrigen Blutdruck (Hypotonie)	5
Index	10

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.

Mittel gegen niedrigen Blutdruck (Hypotonie)

In den angelsächsischen Ländern wird niedriger Blutdruck ironisch als »german disease« bezeichnet, als deutsche Krankheit. Rund 2,5 Millionen Deutsche sollen davon betroffen sein. 1985 wurden in deutschen Apotheken 16 Millionen Packungen Hypotoniemittel verkauft, 1997 knapp 7 Millionen, im Jahr 2006 nur noch knapp 2 Millionen. Offenbar zeigt die scharfe Kritik von Fachleuten an der Verschreibung solcher Mittel Wirkung.

Wenn niedriger Blutdruck keine Beschwerden verursacht, kann er sogar von Vorteil sein, da Menschen mit niedrigem Blutdruck eine überdurchschnittlich lange Lebenserwartung haben.

Die häufigsten Beschwerden bei niedrigem Blutdruck sind Schwindel und Kollapsneigung morgens beim Aufstehen.

Allgemeine Hinweise auf zu niedrigen Blutdruck können sein: Schweißausbrüche, Kältegefühl, Wetterfühligkeit, Schlafstörungen, morgendliche Antriebschwäche, eingeschränkte Leistungsfähigkeit, Sehstörungen, Konzentrationschwäche, Neigung zu Schwindel und Schwarzwerden vor den Augen beim Aufstehen aus dem Sitzen oder Liegen.

Ursachen

Zu niedriger Blutdruck kann verschiedene Ursachen haben:

- Er kann konstitutionell bedingt sein: Große, schlanke Menschen haben leicht niedrigen Blutdruck
- Psychische Belastungen, die mit Erschöpfung und Resignation verbunden sind, können den Blutdruck absenken
- Langes Stehen in der Hitze
- Blut- und/oder Flüssigkeitsverlust (durch Erbrechen, innere Blutungen, Durchfall)
- Verschiedene Herz- und Kreislauferkrankungen
- Längere Bettlägerigkeit
- Infektionskrankheiten

- Nebenwirkung von Medikamenten wie entwässernde Mittel, Hochdruckmittel, Antidepressiva, Neuroleptika und Parkinsonmittel.

Behandlung ohne Medikamente

Die Arzneimittelkommission der Deutschen Ärzteschaft empfiehlt als wichtigste therapeutische Maßnahme keine Medikamente, sondern ein intensives **Trainingsprogramm**: Wassertreten, Kneippgüsse, Wechselduschen, Atemgymnastik und regelmäßige sportliche Betätigung. Schwimmen ist eine der besten Sportarten für den Kreislauf.

Sinnvoll sind außerdem folgende Maßnahmen:

- Nehmen Sie sich morgens Zeit beim Aufstehen.
- Eine Tasse Kaffee oder Schwarztee ist ein bewährtes Mittel, um den Blutdruck kurzfristig zu heben.
- Manche Ärzte empfehlen, den niedrigen Blutdruck durch eine salzreiche Nahrung zu erhöhen. Dies ist allerdings nur sinnvoll bei sogenannten salzempfindlichen Personen (das ist nur etwa jeder Vierte).

Behandlung mit Medikamenten

Der Arzt sollte zunächst nach der Ursache der Beschwerden suchen und eventuell andere Krankheiten (Infektionskrankheiten, Herzerkrankungen usw.) behandeln.

Nur wenn Selbsthilfemaßnahmen nicht ausreichen, sind zusätzlich Medikamente gegen niedrigen Blutdruck für kurze Zeit sinnvoll. Sie können die anderen Maßnahmen keinesfalls ersetzen. Unter Umständen können sie den Zustand sogar verschlechtern.

Vor der Verordnung von Medikamenten sollte der Arzt klären, um welche Art von niedrigem Blutdruck es sich handelt. Hierzu macht er den »Schellong«-Test: Nach einer Zeit des Liegens muss man aufstehen und bekommt Puls und Blutdruck während des ruhigen Stehens gemessen.

Eine Behandlung von niedrigem Blutdruck während der Schwangerschaft ist normalerweise nicht notwendig.

Je nach dem Ergebnis sind folgende Medikamente sinnvoll:

- Wenn der obere und der untere Blutdruckwert abfallen und das Herz nicht schneller schlägt, werden sogenannte Sympathomimetika verwendet. Diese Mittel verengen die Blutgefäße in Armen und Beinen. Der Wirkstoff Etilefrin (enthalten z. B. in *Effortil*, *Etil-CT*, *Etilefrin AL*, *Etilefrin-ratiopharm*, *Thomasin*) ist nur zweckmäßig zur kurzzeitigen Behandlung, nicht jedoch zur Langzeittherapie. Etilefrin wirkt etwa sechs Stunden lang.
- Wenn der obere Blutdruckwert abfällt, gleichzeitig der untere ansteigt und außerdem das Herz schneller schlägt, kann die kurzzeitige Einnahme des Wirkstoffs Dihydroergotamin (DHE, enthalten z. B. in *DET MS*, *Dihydergot*) zweckmäßig sein.

Wegen der unsicheren Aufnahme des Wirkstoffs in den Körper und wegen des geringen Abstands zwischen wirksamer und giftiger Dosis ist die Behandlung mit Dihydroergotamin nicht ungefährlich. Es gibt zahlreiche Berichte über schwere Zwischenfälle (Herzinfarkt, dramatische Gefäßkrämpfe usw.). Im Einzelfall kann es schwierig sein, die richtige, noch nicht giftige Dosis festzulegen.

Die deutsche Transparenz-Kommission beurteilt alle anderen Wirkstoffe, die bei zu niedrigem Blutdruck verwendet werden, als »ohne erkennbaren Nutzen« und rät von ihrer Verwendung ab. Dazu gehören Vitamine, Adenosin, Nikotinsäure, Aminopicolin, Sparteinsulfat, Weißdorn (*Crataegus*), Melisse und Salicylsäure.

Coffeinpräparate (z. B. *Coffeinum N*, *Coffeinum purum*) haben dieselbe Wirkung wie Kaffee oder Cola-Getränke.

Warnhinweis: Mittel gegen niedrigen Blutdruck sollten Sie nicht länger als einige Wochen ohne Rücksprache mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt einnehmen.

Mittel gegen niedrigen Blutdruck (Hypotonie)

Präparat	Wichtigste Nebenwirkungen	Empfehlung
Carnigen/ forte (D) Drag., Tropfen Oxilofrin <i>Rezeptpflichtig</i>	Magen-Darm-Störungen, Herzklopfen, Unruhe, Schlaflosigkeit. Tropfen enthalten Alkohol!	Abzuraten wegen der Nebenwirkungen und schneller Gewöhnung. Kurzfristig blutdrucksteigernd wirksam.
Coffeinum N (D) Coffeinum purum (D) Tabletten, Compretten Coffein	Herzklopfen, Unruhe, Schlaflosigkeit. Paradoxe Effekte (Müdigkeit) besonders im Alter möglich	Zweckmäßig wie Kaffee, Tee oder Cola-Getränke zur Aktivierung von Psyche und Kreislauf.
DET MS retard (D) Retardkaps. DET MS Tropflösung (D) Tropfen Dihydroergotamin <i>Rezeptpflichtig</i>	Übelkeit, Erbrechen, selten Durchblutungsstörungen. Gefahr von koronaren Durchblutungsstörungen bis zum Herzinfarkt	Nur zweckmäßig zur kurzzeitigen Behandlung von hypotonen Kreislaufstörungen. Nicht geeignet zur Langzeitbehandlung.
Dihydergot (Ö) Tabl., Tropflösung Dihydroergotamin <i>Rezeptpflichtig</i>	Übelkeit, Erbrechen, selten Durchblutungsstörungen. Gefahr von koronaren Durchblutungsstörungen bis zum Herzinfarkt	Nur zweckmäßig zur kurzzeitigen Behandlung von hypotonen Kreislaufstörungen. Nicht geeignet zur Langzeitbehandlung. Weiteres Anwendungsgebiet: Migräne.
Dihydergot plus (D) Tabl., Lösung Etilefrin, Dihydroergotamin <i>Rezeptpflichtig</i>	Herzklopfen, Herzschmerzen, Durchblutungsstörungen, Übelkeit. Gefahr von koronaren Durchblutungsstörungen bis zum Herzinfarkt	Abzuraten Wenig sinnvolle Kombination. Relativ großes Risiko von Nebenwirkungen und relativ rasche Gewöhnung.
Effortil (D) Depotperlongetten, Lösung, Tabl. Etilefrin	Herzklopfen, Herzschmerzen, Unruhe, Schlaflosigkeit, Magen- Darm-Störungen	Wenig zweckmäßig Therapeutische Wirksamkeit zweifelhaft, besonders bei verzögerter Wirkstofffreisetzung (Perlongetten). Nur kurzfristig blutdrucksteigernd wirksam.
Effortil plus (D) Retardkaps., Lösung Effortil comp (Ö) Depotkaps. Etilefrin, Dihydroergotamin <i>Rezeptpflichtig</i>	Herzklopfen, Herzschmerzen, Durchblutungsstörungen, Übelkeit. Gefahr von koronaren Durchblutungsstörungen bis zum Herzinfarkt	Abzuraten Wenig sinnvolle Kombination. Relativ großes Risiko von Nebenwirkungen und relativ rasche Gewöhnung. Therapeutische Wirksamkeit zweifelhaft, besonders bei verzögerter Wirkstofffreisetzung (Retard- bzw. Depotkaps.).

Etil-CT (D) Tabl., Tropfen
Etilefrin

Herzklopfen, Herzschmerzen,
Unruhe, Schlaflosigkeit,
Magen- Darm-Störungen

Wenig zweckmäßig

Therapeutische Wirksamkeit
zweifelhaft. Nur kurzfristig
blutdrucksteigernd wirksam.

Etilefrin AL (D)
Tabl., Tropfen
Etilefrin-ratiopharm (D)
Tropfen
Etilefrin

Herzklopfen, Herzschmerzen,
Unruhe, Schlaflosigkeit,
Magen- Darm-Störungen

Wenig zweckmäßig

Therapeutische Wirksamkeit
zweifelhaft. Nur kurzfristig
blutdrucksteigernd wirksam.

Gutron (D/Ö) Tabl., Tropfen
Midodrin
Rezeptpflichtig (Ö)

Kältegefühl, Harndrang, Ab-
nahme der Herzfrequenz

Abzuraten

wegen der Nebenwirkungen
und schneller Gewöhnung. Nur
kurzfristig blutdrucksteigernd
wirksam.

**Thomasin retard/
Tabletten/ Tropfen** (D)
Retardtabl., Tabl.,
Tropfen
Etilefrin

Herzklopfen, Herzschmerzen,
Unruhe, Schlaflosigkeit,
Magen- Darm-Störungen.
Tropfen enthalten Alkohol

Wenig zweckmäßig

Therapeutische Wirksamkeit
zweifelhaft, besonders bei ver-
zögerter Wirkstofffreisetzung
(Retardtabl.). Nur kurzfristig
blutdrucksteigernd wirksam.

C

Carnigen 8
Carnigen forte 8
Coffeinpräparate 7
Coffeinum N 8
Coffeinum purum 8

D

DET MS 8
DET MS Tropflösung 8
Dihydergot 8
Dihydergot plus 8
Dihydroergotamin 7

E

Effortil 8
Effortil comp 8
Effortil plus 8
Etil-CT 9
Etilefrin 7
Etilefrin AL 9

Etilefrin-ratiopharm 9

G

Gutron 9

H

Hypotonie 5
– Selbsthilfe 6

N

niedriger Blutdruck 5
– Selbsthilfe 6

O

Oxilofrin 8

T

Thomasin retard 9
Thomasin Tabletten 9
Thomasin Tropfen 9