



Phytomedizin

Nicht immer harmlos

Schon seit Urzeiten haben sich Menschen die heilenden Eigenschaften bestimmter Pflanzen zunutze gemacht. Pflanzen sind potente Heilmittel. Sie können aber auch Nebenwirkungen und Wechselwirkungen haben.

Die Pflanzenheilkunde ist untrennbar mit der menschlichen Geschichte verbunden. Über Jahrhunderte war sie die einzige Quelle von Heilmitteln. Die ersten Kräuterkenntnisse wurden mündlich weitergegeben. Mit zunehmendem Wissen und wachsender Bevölkerung drängte sich eine genaue Niederschrift auf, um die Identifikation und Dosierung zu sichern. Bereits auf babylonischen Tontafeln aus dem Jahre 3000 v. Chr. wurden medizinische Behandlungen mit Pflanzen beschrieben. Das älteste illustrierte Kräuterbuch mit

600 Heilpflanzen, die *Materia Medica* von Dioskorieides (512 n. Chr.), wurde bis ins 17. Jahrhundert genutzt. Auch heute noch werden pflanzliche Arzneimittel – die auch als *Phytopharmaka* bezeichnet werden – in der klassischen Schulmedizin eingesetzt.

Was sind Phytopharmaka?

Phytopharmaka sind Arzneimittel, die aus vollständigen Pflanzen oder bestimmten Teilen der Pflanzen bestehen, wie zum Beispiel den Blättern, Blüten oder Wurzeln. Genau wie chemisch hergestellte Arzneimittel werden auch die Phytopharmaka zur Heilung, Linderung und Verhinderung von Krankheiten eingesetzt. Die verwendeten Pflanzen können unverändert – zum Beispiel als Tee – eingesetzt werden. In den meisten Fällen findet jedoch eine Weiterverarbeitung der Pflanzen statt, bei denen die wirksamen Bestandteile konzentriert werden. So kann zum Beispiel ein ätherisches Öl, ein Extrakt oder eine Tinktur hergestellt werden. Bei einem pflanzlichen Arzneimittel spricht man daher nicht von einem Wirkstoff im klassischen Sinne; vielmehr handelt es sich um eine Mischung aus vielen verschiedenen Stoffen, die an der Wir-

kung beteiligt sind. Dies unterscheidet pflanzliche Arzneimittel grundsätzlich von chemisch hergestellten Arzneimitteln, bei denen nur ein oder wenige Inhaltsstoffe in genau definierten Mengen enthalten sind.

Die Wirkstoffmengen in den pflanzlichen Arzneimitteln unterscheiden sich in jeder Herstellung (*Charge*). Je nach Erntezeitpunkt, den klimatischen Bedingungen während des Wachstums der Pflanze und der Aufarbeitungsmethode werden unterschiedliche Mengen in der Pflanze gebildet. Um dennoch eine gleichbleibende pharmazeutische Qualität des pflanzlichen Arzneimittels zu gewährleisten, wird der Wirkstoffgehalt mittels zahlreicher Standardisierungs- und Normierungsschritte auf einen vorgegebenen Bereich eingestellt. Sowohl für chemisch hergestellte als auch für pflanzliche Arzneimittel gelten strenge Richtlinien. Sobald ein Phytopharmakon als Arzneimittel zugelassen werden soll, müssen in klinischen Studien die Wirksamkeit, die Unbedenklichkeit bei sachgemäßer Anwendung sowie die pharmazeutische Qualität (z.B. bezüglich Inhalt und Begleitstoffe) nachgewiesen werden. Über diese Vorgaben grenzen sich Phytopharmaka von

anderen Heilmitteln wie homöopathischen Arzneimitteln oder Bachblüten aber auch von Nahrungsergänzungsmitteln ab, die ebenfalls Pflanzen oder Teile davon enthalten können.

Verschiedene Einsatzbereiche

Der Einsatz von Phytopharmaka kann vielschichtige Gründe haben: etwa ein Mangel an Alternativen oder um Nebenwirkungen zu vermeiden, die man bei chemisch hergestellten Arzneimitteln erwartet. Es ist zudem möglich, dass zwar die Wirkung des pflanzlichen Arzneimittels bekannt ist, der dafür verantwortliche Wirkstoff jedoch (noch) nicht. So kann es sein, dass der Wirkstoff in der Pflanze in inaktiverter Form vorliegt und damit unentdeckt bleibt. Erst durch unseren Körper wird er dann zum eigentlichen Wirkstoff umgewandelt.

Schlussendlich kann es sein, dass der in der Pflanze enthaltene Wirkstoff zwar bekannt, seine chemische Herstellung aber zu schwierig ist. So wurden zum Beispiel lange Zeit das Schmerzmittel Morphin und das Herzmedikament Digoxin aus den entsprechenden Pflanzen isoliert, bevor die chemische Herstellung gelang.

Grundsätzlich sind Phytopharmaka gut wirksam und sicher in der Anwendung. Es gilt jedoch, einige Regeln zu beachten. Phytopharmaka sind immer dann sinnvoll, wenn es sich um gelegentlich auftretende Erkrankungen von kurzer Dauer handelt. Zum Beispiel ist der Einsatz von Phytopharmaka bei Erkältungskrankheiten, Schlafstörungen oder leichteren Verstimmungen beliebt. Die richtigen Phytopharmaka können in diesen Bereichen den Krankheitsverlauf deutlich mildern. Sollte die Wirkung des Phytopharmakons jedoch geringer sein als erwartet oder kehrt die Erkrankung häufig wieder zurück, ist es empfehlenswert, nicht einfach die Dosis zu erhöhen oder ein anderes Phytopharmakon zu kombinieren. In einem solchen Fall lässt man die Ursache am besten genauer untersuchen. Vorsicht ist auch geboten, wenn Phytopharmaka bei Kindern, Schwangeren oder bei bekannten Allergien eingesetzt werden sollen. Hier ist eine Beratung durch die Ärztin oder den Arzt, die Apothekerin oder den Apotheker unbedingt nötig, um Nebenwirkungen zu vermeiden.

Wechsel- und Nebenwirkungen

Pflanzliche Mittel werden in der Regel gut vertragen, sind aber nicht immer harmlos. Sollen pflanzliche Arzneimittel zusätzlich zu einer schon bestehenden Therapie eingesetzt werden, können zwischen beiden Medikamenten Wechselwirkungen auftreten. Dies bedeutet, dass die Wirkung bestehender Medikamente durch das pflanzliche Arzneimittel verändert werden kann. Am Beispiel des gut erforschten Johanniskrauts, das zur Behandlung von leichten depressiven Verstimmungen oder Angstzuständen eingesetzt wird, soll dies verdeutlicht werden. Johanniskraut kann dazu führen, dass einige Arzneistoffe schneller vom Körper abgebaut werden und dadurch nicht mehr richtig wirken. Nimmt man gleichzeitig Immunsuppressiva (zur Verhinderung der Abstossungsreaktion nach Organtransplantationen), bestimmte Medikamente gegen Viren oder die Antibabypille zur Verhütung ein, kann die Wirkung dieser Medikamente reduziert werden. Als Folge davon wurden Tranplantatabstossungen oder ein Nichtansprechen auf die antivirale Therapie beobachtet. Im Falle der Antibabypille traten sogar ungewollte Schwangerschaften auf, weil der Wirkstoff zu schnell abgebaut wurde und deshalb keinen genügenden Schutz bot. Aber nicht nur Phytopharmaka können die bestehende Therapie beeinflussen. Auch Grapefruitsaft, den man in jedem Supermarkt findet, kann zahlreiche Medikamente unwirksam machen.

Neben dem Wechselwirkungspotenzial können bei einigen Phytopharmaka zudem Nebenwirkungen auftreten. Meist sind dies nur leichte Symptome wie Übelkeit oder Unwohlsein. Aber auch allergische Reaktionen, Hautreaktionen, Atemnot oder die Beeinflussung der Blutgerinnung können auftreten.

Es ist daher sehr wichtig, dass man gegenüber dem behandelnden Arzt erwähnt, ob man pflanzliche Arzneimittel einnimmt, auch wenn dies einem selbst als nicht so wichtig vorkommt – besonders dann, wenn zum Beispiel eine Operation geplant ist oder neue Arzneimittel angesetzt werden sollen, kann diese Information von enormer Bedeutung sein.

Wichtig: Lassen Sie sich zuerst beraten!

Die Phytotherapie ist keine eigene Therapie-Richtung, sondern ein wichtiger Bestandteil der Schulmedizin. Zahlreiche Phytopharmaka sind potente und gut etablierte Arzneimittel. Jedoch wirken sie nicht immer auf die gleiche Weise oder mit sofortiger Wirkung wie die chemischen Arzneimittel. Daher sollte in Notsituationen oder bei Krankheitsverläufen, die sich rapide verschlimmern, unbedingt zeitnah ärztliche Hilfe hinzugezogen werden. Es sollten keine Medikamente, auch nicht pflanzliche, unkritisch eingenommen werden. Insbesondere bei den Vorbereitungen auf einen Spitaleintritt und eine Operation ist es wichtig, dass alle eingenommenen Präparate, chemische Medikamente, Phytopharmaka aber auch Nahrungsergänzungsmittel erwähnt werden. Nur so kann der Einfluss auf die geplante Therapie abgeschätzt und Wechselwirkungen bzw. Nebenwirkungen vermieden werden.

Vorträge

Wie harmlos sind pflanzliche Medikamente?

31. Mai, Spital Burgdorf, 19 Uhr

7. Juni, Spital Langnau, 19 Uhr

Referentin: Dr. rer. nat. Annegret Reichwagen,
Stv. Chefapothekerin des Spitals Emmental



Die Auskunftsperson

Dr. rer. nat. Annegret Reichwagen
Stv. Chefapothekerin des Spitals Emmental

Kontakt:

Spital Emmental
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 26 84
annegret.reichwagen@spital-emmental.ch