

BESTplus

DAS MAGAZIN FÜR DIE
BESTAGER
DER REGION GÖTTINGEN
7. JAHRGANG
AUSGABE 3-2015
Juni-Juli

QUERSCHNITTLÄHMUNG
ABER: „KATHI GEHT“ (!!!)

GROSSES BMW-GEWINNSPIEL
**1 WOCHENENDE IM
AROSA SPA TRAVEMÜNDE**

DAS ERLEBNIS FÜR JUNG UND ALT:
KART BAHN HEILIGENSTADT

BIKERS POINT
DAS MEKKA DER ECHTEN BIKER

ERDBEEREN SELBST PFLÜCKEN
BEI MECKE IN HOLTENSEN



Was man besser **NICHT** essen oder trinken sollte, wenn man Medikamente eingenommen hat



GRAPEFRUIT UND DEREN SAFT, KLEMENTINEN UND BITTERE ORANGENMARMELADE

[Bp-drs]. Zum Anfang ein Fallbeispiel: Ein 29-jähriger Mann mit allergischem Schnupfen nahm seit zwei Jahren zweimal täglich ein vom Arzt verordnetes antiallergisches Mittel ein. Nach dem Genuss von 2 Gläsern Grapefruit-Saft fühlte er sich beim darauffolgenden Rasenmähen unwohl, kollabierte wenig später und verstarb an Herzrhythmusstörungen. Bei der Obduktion wurde als Ursache eine starke Überdosierung des Antiallergikums diagnostiziert. Er hatte wie immer die normale Medikamentendosis eingenommen und es war bei ihm keine Herzerkrankung bekannt.

Die für diese Komplikationen verantwortlichen Bestandteile von Grapefruits, Klementinen und Bitterorangen sind wahrscheinlich das Naringin und das Bergamottin.

Prinzipiell können hierbei in Verbindung mit Medikamenteneinnahme zwei Probleme auftreten:

Überdosierung:

Der Saft führt zu einer vollständigen und nicht umkehrbaren Hemmung von Enzymen in der Darmwand, die normalerweise die zugeführten Medikamente abbauen. Dieser eigentlich unerwünschte aber normale Abbau im Darm wird bei der Dosierungsempfehlung für die Arzneimittel mit berücksichtigt. Durch die nun fehlenden Enzyme wird aber nun eine höhere Menge des Arzneimittels in den Blutkreislauf aufgenommen und es kommt zu einer Überdosierung. Schon ein Glas Grapefruitsaft oder ein dick belegtes Marmeladenbrot kann die Enzyme für bis zu zehn Tage völlig unwirksam machen. Diese Enzyme müssen erst neu in der Darmwand gebildet werden.

Typische Medikamentenbeispiele für diesen Effekt sind einige Blutfettsenker und Blutdrucksenker (Kalzium-Antagonisten).

Unterdosierung:

Aber leider belegen Grapefruitsaft und Co. auch die biologischen Wege, die andere Medikamente zur Wirkungsentfaltung brauchen. Hier kommt es zu einer möglicherweise gefährlichen Unterdosierung. In dieser Gruppe finden sich u.a. Antibiotika; Beta-Blocker; orale Anti-Pilzmedikamente und Psychopharmaka. Auch als Tabletten einzunehmende Krebsmedikamente verwenden öfter diesen Abbauweg und können eventuell ihre Wirkung nicht entfalten.

Bis auf die Gruppen der Medikamente werden hier bewusst keine einzelnen Medikamente namentlich erwähnt. In jeder Substanzgruppe ist die Reaktion auf Grapefruitsaft und Co. unterschiedlich. Wenn man auf Nummer sicher gehen will, sollte man bei gleichzeitiger Einnahme jedweder Medikamente mit Grapefruitsaft und Co. sehr vorsichtig sein und sicherheitshalber den Arzt oder Apotheker fragen, ob Probleme zu erwarten sind. „Normale“ Orangen enthalten diese Inhaltsstoffe nicht.

Auch andere uns völlig harmlos erscheinende Lebensmittel können im Zusammenspiel mit Arzneimitteln unerwartete Wirkungen haben:

Bei einer Studie zur Selbstmedikation mit frei verkäuflichen Nahrungsergänzungsmitteln (Vitamine, Mineralstoffe, Naturheilmittel, Kräutermischungen etc.) wurden 2014 rückwirkend insgesamt 6887 Fälle von Patienten untersucht, die sich wegen Nebenwirkungen von verschreibungspflichtigen Medikamenten in einer Notaufnahme in Deutschland vorgestellt hatten. Dabei konnte in 4 % der Fälle ein Zusammenhang mit der zusätzlichen Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln eindeutig belegt werden. Von diesen 266 Patienten musste fast 40 % sogar zur Behandlung der Nebenwirkungen stationär aufgenommen werden.

Wichtig ist also, den behandelnden Arzt über die Einnahme solcher Nahrungsergänzungsmittel zu informieren bzw. Fragen zur Verträglichkeit in der Apotheke zu besprechen.



Ihr
Dr. Heribert Schorn
Urologe und Männerarzt
am Gänseliesel in Göttingen
www.schorn.de