

## KURZ UND KNAPP +++ KURZ UND KNAPP +++ KURZ UND KNAPP +++

## Priscus-Liste für Patient:innen

### Priscus

GPSP 4/2023, S. 10

Im fortgeschrittenen Alter können manche Medikamente mehr schaden als nützen. Als Orientierung für Ärztinnen und Ärzte dient die Priscus-Liste, die 2023 aktualisiert wurde. Für mehr als 200 Wirkstoffe ist beschrieben, welche Probleme sie insbesondere in der Altersgruppe ab 65 bereiten können.

### Open Payments

GPSP 2/2021, S. 18

Auf der Website des Bundesministeriums für Bildung und Forschung ist die Priscus-Liste in einer Fassung für Patient:innen verfügbar. Sie lässt sich direkt als PDF herunterladen oder auch kostenlos in gedruckter Form bestellen. Die Broschüre beschreibt, wie der Körper im Alter anders auf bestimmte Arzneimittel reagiert und welche Medikamente hinter bestimmten Nebenwirkungen stecken könnten. Im Hauptteil sind die Medikamente nach Anwendungsgebieten gruppiert. Hier finden Interessierte Hinweise, warum bestimmte Wirkstoffe aus dieser Gruppe im Alter möglicherweise problematisch sind und welche anderen Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung stehen.<sup>1</sup>

### Regeln für NEM

GPSP 4/2018, S. 19

### Chondroitin

GPSP 4/2007, S. 10

## Mehr Geld, schlechtere Medizin

Wenn Ärztinnen und Ärzte finanzielle Zuwendungen der Pharmaindustrie annehmen, verordnen sie häufiger ungeeignete oder zu teure Medikamente. Zu diesem Ergebnis kommt eine Auswertung aus den USA,

die den Zusammenhang von Verordnungen bei Krebserkrankungen und Zahlungen an Mediziner:innen untersuchte.

Das Forschungsteam wertete Daten der öffentlichen Krankenversicherung Medicare aus den Jahren 2014 bis 2019 aus und identifizierte Zahlungen der Pharmaindustrie an die verschreibenden Ärztinnen und Ärzte in der Datenbank Open Payments. Im Fokus standen zwei Arzneimittel, von denen die Behandlungsleitlinien explizit abraten, sowie zwei Fragestellungen, bei denen für hochpreisige Präparate günstigere gleichwertige Alternativen zur Verfügung stehen.<sup>2</sup>

## Nahrungsergänzung: Mangelhafte Qualität

Die Arzneimittelkommission der Deutschen Apotheker (AMK) informiert über zwei Nahrungsergänzungsmittel, in denen der deklarierte Inhaltsstoff kaum zu finden war. Beide sollten Chondroitin enthalten, das oft für die „Knorpelgesundheit“ im Zusammenhang mit Arthrose angepriesen wird. Allerdings sind solche gesundheitsbezogenen Aussagen für Chondroitin nicht erlaubt.

Wie eine Laboranalyse ergab, lag der Gehalt von Chondroitin weit unterhalb der angegebenen Menge, nur Spuren waren auffindbar. Stattdessen enthielten die Präparate Maltodextrin 6, ein geruchs- und geschmacksneutrales Kohlenhydrat, das durch Aufspaltung von Stärke entsteht. Dieser Inhaltsstoff war auf der

Packung nicht deklariert. Laut AMK lässt sich nicht ausschließen, dass die Anbieter vorsätzlich den teureren Inhaltsstoff Chondroitin durch das kostengünstige Maltodextrin ersetzt haben. Für Verbraucher:innen war das aber nicht zu erkennen.

Für die Qualität von Nahrungsergänzungsmitteln gelten deutlich geringere Anforderungen als bei Arzneimitteln. So müssen die Anbieter nicht für jede Produktionscharge die Qualität kontrollieren. Auch dürfen die Mengenangaben auf der Packung um bis zu 50 Prozent vom tatsächlichen Inhalt abweichen, allerdings nicht irreführend sein.

Die AMK fordert für Nahrungsergänzungsmittel höhere Qualitätsstandards. Derzeit müssen die Anbieter zwar die Vorschrif-



## ++ KURZ UND KNAPP +++ KURZ UND KNAPP +++ KURZ UND KNAPP

ten des Lebensmittelrechts einhalten, kontrolliert wird das aber bloß stichprobenartig und erst, wenn die Präparate bereits auf dem Markt sind.<sup>3</sup>

### Lachgas: Nicht lustig

Unter Menschen, die Drogen zur Entspannung konsumieren, wird Lachgas immer beliebter. Das Mittel dient eigentlich zur Schmerzlinderung und Narkose im medizinischen Bereich, wird aber auch legal in kleinen Kartuschen verkauft, die eigentlich für das Aufschlagen von Sahne in Sprühbehältern gedacht sind. Nach dem Einatmen von Lachgas kommt es für wenige Minuten zu

einem Rausch mit Euphorie und Entspannung. Den Konsumierenden ist oft aber nicht bewusst, dass Lachgas auch Risiken hat. Akute Schäden können entstehen, wenn das Gas direkt aus der Kartusche inhaliert wird. Dann drohen Erfrierungen an Mund und Atemwegen. Im schlimmsten Fall kann das tödlich enden, wenn dabei die Atemwege zuschwellen. Konsumierende sind aber auch schon erstickt, wenn sie Lachgas aus den Kartuschen über eine Plastiktüte eingeatmet haben.

Bei langfristigem Gebrauch kann es zu Schäden an Rückenmark und Nerven kommen, die etwa zu Taubheitsgefühl, Muskelschwäche, Gangstörungen, Problemen bei Reflexen sowie Blasen- und Mastdarmstörungen führen. Bekannt sind auch Schädigungen des Gehirns, auch Blutgerinnsel können sich bilden.

In einigen europäischen Ländern wurden deshalb die Regelungen für Lachgas verschärft. Für Deutschland sind bisher keine entsprechenden Pläne bekannt.<sup>4</sup>

### Coenzym Q10 als Nahrungsergänzung

Coenzym Q10 kommt natürlich im menschlichen Körper vor und ist dort wichtig für die Energiegewinnung in den Zellen. Außerdem ist es in zahlreichen Nahrungsergänzungsmitteln enthalten. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) hat zusammengestellt, was derzeit zu Nutzen und Risiken bekannt ist.<sup>5</sup>

So weist das BfR darauf hin, dass ein gesunder Organismus Coenzym Q10 in ausreichendem Maß selbst bilden kann. In Lebensmitteln ist Coenzym Q10 vor allem in Fleisch enthalten, daneben auch in Fisch, Nüssen und einigen Ölen. Mangelzustände von Coenzym Q10 oder besondere Risikogruppen sind in der Medizin nicht bekannt. Deshalb erachtet das BfR die Zufuhr über Nahrungsergänzungsmittel als nicht notwendig. Gesundheitsbezogene Aussagen für Coenzym Q10 sind mangels wissenschaftlicher Belege nicht erlaubt.

Die Risiken einer Überdosierung von Coenzym Q10 sind noch nicht gut erforscht. Bekannt sind bei Dosierungen von bis zu 300 Milligramm pro Tag gelegentlich Magen-Darm-Beschwerden wie Übelkeit oder Durchfall, vereinzelt sind auch Hautausschläge möglich. Unklar ist die Lage bei höheren Dosierungen. Weil Daten fehlen, empfiehlt das BfR, dass Schwangere, Stillende, Kinder und Jugendliche keine Nahrungsergänzungsmittel mit Coenzym Q10 einnehmen. Unzureichend untersucht ist auch die Frage, ob es Wechselwirkungen zwischen Coenzym Q10 und Blutgerinnungshemmern gibt. Bei Coenzym-Q-10-Dosierungen über 100 Milligramm ist deshalb ärztliche Beratung sinnvoll.

Lachgas  
GPSP 3/2021, S. 10

Coenzym Q10  
GPSP 3/2018, S. 6

- 1 BMBF (2023) Medikamente im Alter. [www.bmbf.de](http://www.bmbf.de)
- 2 arznei-telegramm (2023) 54, S. 88
- 3 AMK (2023) Information 44/23 vom 30.10. [www.abda.de](http://www.abda.de)
- 4 arznei-telegramm (2023) 54, S. 89
- 5 BfR (2023) Coenzym Q10: Was ist über gesundheitliche Risiken bekannt – und was nicht? [www.bfr.bund.de](http://www.bfr.bund.de)



© everett/fistock