



# GUTE PILLEN – SCHLECHTE PILLEN

Unabhängige Informationen zu Ihrer Gesundheit

ISSN 1861-6046 3€

## Liebe Leserinnen und Leser,



als Patient haben Sie das Recht, gut informiert zu werden. Aber es ist gar nicht so einfach, ausge-

wogene Informationen über Medikamente zu bekommen. Das meiste Informationsmaterial, das in Arztpraxen und Apotheken ausliegt, ist mehr oder weniger offensichtlich Werbung der Arzneimittelhersteller. Die Zeitschrift **Gute Pillen - Schlechte Pillen** verfolgt einen ganz anderen Weg. Hier bekommen Sie unabhängige Information, die ein klares Ziel hat: Sie sollen sich in Gesundheitsfragen selbst eine fundierte Meinung bilden können. Dafür bürgt die langjährige Erfahrung der Herausgeber.

**Gute Pillen - Schlechte Pillen** ist frei von kommerziellen Interessen, informiert Sie über Medikamente und über Methoden, auch ohne Medikamente gesund zu werden, gibt Ihnen Tipps für den Arztbesuch und warnt vor unseriösen Heilversprechungen.

Eine anregende Lektüre wünscht Ihnen

Ihr Dr. Christian Wagner

## Warum wir diese Zeitschrift machen Orientierung im Dschungel der Medizin

Arzneimittel können Krankheiten heilen, sie können aber auch schaden. Die neue Zeitschrift **Gute Pillen - Schlechte Pillen** bietet Ihnen Orientierung im Pharma-Dschungel. Für die Qualität der Information bürgen die Herausgeber von drei unabhängigen Arzneimittelzeitschriften, die keine Werbung enthalten und kein Geld von der Pharmaindustrie oder anderen Interessengruppen nehmen. Auch **Gute Pillen - Schlechte Pillen** erscheint ohne Werbung und wird ausschließlich über die verkauften Hefte und Abonnements finanziert. Wir benötigen also Ihre Unterstützung – am besten durch ein Abonnement. Was Sie dafür von uns erwarten können, stellen wir Ihnen im Folgenden vor.



Foto: Christiane Fischer

Viele Menschen fühlen sich ratlos, wenn sie erkranken und entscheiden müssen, ob sie ein Medikament einnehmen sollen und wenn ja, welches. Auch wenn der Arzt ein Medikament verschrieben hat, bleiben manchmal Fragen:

Habe ich alles richtig verstanden? Ist alles gesagt worden und mir nichts verschwiegen worden? Verschreibt mir die Frau oder der Mann im weißen Kittel wirklich das Richtige?

Vielen sind noch Medikamentenskandale der letzten Jahre in Erinnerung. Lipobay® (Wirkstoff: *Cerivastatin*), ein Mittel, das Herzkrankheiten verhüten sollte,

führte zu einem manchmal tödlichen Muskelzerfall.

Das massiv beworbene Rheumamedikament Vioxx® (Wirkstoff: *Rofecoxib*) löste wahrscheinlich bei Tausenden von Patientinnen und Patienten Herzerkrankungen aus. Beide Mittel sind vom Markt verschwunden. Bei beiden hatten sich die Risiken aber schon länger abgezeichnet, wie unabhängige Arzneimittelzeitschriften berichteten. Doch diese wichtigen Informationen drangen zu den meisten Ärztinnen und Ärzten nicht durch oder wurden durch die Werbeabteilungen der Firmen verharmlost. Die Öffentlichkeit erfuhr erst recht nichts.

**Gute Pillen - Schlechte Pillen** ändert das. Hier erfahren Sie die neuesten Erkenntnisse über Arzneimittelrisiken, aber auch, welche alternativen Behandlungsmöglichkeiten es gibt. Dazu gehören nicht nur Arzneimittel. Oft sind nichtmedikamentöse Maßnahmen – wie z.B. eine Ernährungsumstellung oder Veränderungen am Arbeitsplatz – zusätzlich angebracht und mitunter sogar sinnvoller. Auch heute gibt es übrigens für viele Erkrankungen keine wirksamen Medikamente – auch wenn oft suggeriert wird, dass die Arzneimittelanbieter heutz-

### Inhalt

Im Dschungel der Medizin .....	1
Der aktuelle Preisvergleich: ASS gegen Schmerzen .....	3
Erkältungskrankheiten .....	4
Hormone in den Wechseljahren? .....	7
Preiswerte Generika .....	9
Verhütungsimplantat Implanon® .....	9
Werbung - Aufgepasst! .....	11
Vitamine gegen AIDS? .....	11



tage für jedes Leiden eine Pille haben.

## Neu gleich gut?

Zeitungen und Zeitschriften berichten häufig über neue Arzneimittel und Behandlungsverfahren. Meist wecken diese Artikel große Hoffnungen auf eine bessere Behandlung. Aber ist alles Neue wirklich besser? Leider nicht. Das lassen Berechnungen der Arzneimittel-Zulassungsbehörde in den USA erkennen. Sie überprüft alle Zulassungsanträge der Pharmaindustrie auf den „Wert“ des Arzneimittels und bearbeitet bevorzugt jene, die möglicherweise einen wirklichen Fortschritt bedeuten.

Das Ergebnis: Nur ein Viertel der in den USA neu zugelassenen Medikamente versprechen demnach irgendeinen therapeutischen Fortschritt. Der Rest ist nicht besser als das, was es bereits auf dem Markt gibt, aber oft teurer und fast immer noch unzureichend erprobt. In Europa muss nicht einmal untersucht werden, ob eine neues Arzneimittel gleich gut oder besser ist als die „alten“. Es muss nur nachgewiesen werden, ob es wirkt.

Bei Arzneimitteln bewährt es sich oft, nicht allzu fortschrittsgläubig zu sein. Wenn ein Medikament neu auf den Markt kommt, sind die Risiken nur unzureichend bekannt. Die Neuerungen wurden in der Regel nur für kurze Zeit und nur an mehreren hundert bis wenigen tausend Patienten getestet. Seltener – aber möglicherweise lebensbedrohliche – unerwünschte Wirkungen können unter diesen Bedingungen vor der Markteinführung des Mittels unerkannt bleiben. Bei den

Arzneimitteltests werden zudem meist Patienten ausgeschlossen, die noch an weiteren Erkrankungen leiden. Ob Menschen mit mehreren Erkrankungen das neue Mittel vertragen und wie es bei ihnen wirkt, ist also noch viel weniger gesichert. Häufig müssen deshalb bei neuen

Arzneimitteln in den ersten Jahren die Anwendungsgebiete eingeschränkt und zusätzliche Warnhinweise angeordnet werden. tungenmaßnahmen. Dabei erleichtern wir Ihnen nicht nur die Auswahl des richtigen Medikaments, sondern weisen auch auf nichtmedikamentöse Maßnahmen hin, die Ihnen helfen können, schneller wieder gesund zu werden. Außerdem warnen wir vor besonders verbrei-

terika“ steckt. Wir decken auf, wie Werbeagenturen im Auftrag der Pharmafirmen versuchen, Sie mit offener oder verdeckter Werbung zu beeinflussen und wie die Industrie auf die Gesundheitspolitik Einfluss nimmt.

## Zu viel zahlen?

Arzneimittel können ganz schön ins Geld gehen. Auch bei rezeptfreien Mitteln kann – ohne dass die Qualität der Behandlung leidet – erheblich gespart werden. Denn die Preise, die verschiedene Hersteller für ein und dieselbe Substanz verlangen, sind sehr unterschiedlich. Der Arzneimittel-Markt ist kaum zu überschauen. Davon profitieren die Firmen – Ihr Geldbeutel leidet darunter. Deshalb geben wir Ihnen nicht nur Hinweise für die Auswahl des richtigen Medikaments, sondern wir vergleichen für Sie auch die Preise (siehe S. 3). Die Arzneimittelpreise sind übrigens auch wichtig, wenn die Krankenkasse für Ihre Mittel zahlt. Denn wenn die Kassen zu viel zahlen, fehlt das Geld an anderer Stelle für sinnvolle Maßnahmen, von denen vielleicht auch Sie einmal profitieren können.

## Politik – uninteressant?

Deutschland verfügt (noch) über eine gute solidarische Absicherung von Krankheitsrisiken. Fast 90% der Bevölkerung sind in der gesetzlichen Krankenversicherung. Doch die Bundespolitik hat in den letzten zehn, fünfzehn Jahren die Krankenkassen als Sparpotenzial entdeckt. Dabei geht es leider nicht nur darum, überflüssige Ausgaben zu vermeiden und wirtschaftlich zu arbeiten, sondern es werden auch Kosten auf die Kranken abgewälzt, von der Praxisgebühr bis hin

## Wer wir sind

Das ist weltweit einzigartig: **Gute Pillen – Schlechte Pillen** wird gemeinsam von drei unabhängigen medizinischen Fachzeitschriften herausgegeben: Das **arzneitelegramm** und **DER ARZNEIMITTELBRIEF** richten sich vorwiegend an Ärztinnen und Ärzte sowie an Apotheker und Apothekerinnen, während der **Pharma-Brief** vorwiegend Dritte-Welt-Gruppen, Gesundheitspersonal, Presse und Politik informiert. Wir werden in den kommenden Ausgaben die drei Zeitschriften näher vorstellen. Die Redaktion von **Gute Pillen – Schlechte Pillen** rekrutiert sich aus Herausgebern und Mitarbeitern der oben genannten drei Zeitschriften. Sie wird also von Fachleuten geschrieben, die überwiegend seit Jahrzehnten wissenschaftliche Sachverhalte journalistisch darstellen. Vertreten sind die Fachrichtungen Medizin, Pharmazie, Biologie, Chemie, Gesundheitswissenschaften und Soziologie.

Arzneimitteln in den ersten Jahren die Anwendungsgebiete eingeschränkt und zusätzliche Warnhinweise angeordnet werden.

Aus all diesen Gründen ist bei neuen Mitteln besondere Aufmerksamkeit und Zurückhaltung angebracht. Natürlich werden wir Sie über die vermeintlichen, aber auch über die tatsächlichen Verbesserungen in der Therapie informieren.

## Wir schaffen Überblick

Ein Schwerpunkt in **Gute Pillen – Schlechte Pillen** wird sein, wie man häufige Erkrankungen behandelt. Wir bieten Ihnen einen Überblick über die derzeit besten bekannten Behandlungsmöglichkeiten und Vorbeu-

teten unsinnigen Mitteln. In dieser Ausgabe machen wir – entsprechend der Jahreszeit – mit der Behandlung von Erkältungskrankheiten den Anfang (siehe Seite 4).

## Wir schaffen Durchblick

Nach welchen Kriterien entscheiden Mediziner eigentlich, welche Arzneimittel sie verschreiben? Und wie wählen Apotheker die Medikamente aus, die sie Ihnen empfehlen? Von wem werden sie beeinflusst? Mit welchen Strategien versuchen Pharmafirmen, Fachleute und Patienten zu beeinflussen? Auf all diese Fragen werden Sie in **Gute Pillen – Schlechte Pillen** Antworten finden. Wir erläutern, was hinter Begriffen wie „Ge-



zu höheren Zuzahlungen. Wir werden über geplante Änderungen in der Gesundheitspolitik berichten, die Sie direkt betreffen könnten, damit Sie sich unabhängig von den Äußerungen von Politikern und anderen Interessenvertretern ein eigenes Bild machen können.

**Praktische Tipps**

Auch praktische Hinweise werden in **Gute Pillen – Schlechte Pillen** nicht zu kurz kommen: Wie funktioniert das eigentlich mit der Zuzahlung bei Arzneimitteln? Was muss ich selber zahlen und welche Kosten übernimmt die Krankenkasse? Oder: Wie kann ich mich sinnvoll auf einen Arztbesuch vorbereiten?

**Gut informiert entscheidet sich besser**

Wir können Ihnen die Entscheidung für oder gegen eine bestimmte Therapie nicht abnehmen – das wollen wir auch gar nicht. Wir können Ihnen aber helfen, eine informierte und damit vernünftige Entscheidung zu treffen. Dazu liefern wir die Fakten in einer verständlich aufbereiteten Form und helfen Ihnen bei der Einordnung und Bewertung des vorhandenen Wissens. Wir können ärztliche Beratung nicht ersetzen, wir möchten

Ihnen aber helfen, besser vorbereitet in die Praxis oder ins Krankenhaus zu gehen. Wenn Sie die richtigen Fragen stellen, kann Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt auch besser helfen.

Aber auch Sie können uns helfen: Teilen Sie uns Themen mit, die Sie brennend interessieren. Und kritisieren Sie uns ruhig, wenn Sie einen Artikel einmal nicht so gut verstehen können. So tragen Sie dazu bei, dass **Gute Pillen – Schlechte Pillen** Ihrem Informationsbedarf gerecht wird. Aber eines ist auch klar:

Unabhängige Information zum Nulltarif kann es nicht geben. Ohne Unterstützung durch ihr Abonnement kann und wird es diese Zeitschrift nicht lange geben. Denn unsere Leserinnen und Leser sind die Basis unserer Unabhängigkeit und unsere einzige Finanzierungsquelle. Und das wollen wir auch so.

**Der aktuelle Preisvergleich Acetylsalicylsäure gegen Schmerzen**

**Acetylsalicylsäure ist eines der ältesten chemisch hergestellten Arzneimittel. Als Aspirin® kam es Ende des 19. Jahrhunderts in den Handel und wird seitdem gegen Schmerzen, Fieber, rheumatische Beschwerden und bei Gefäßerkrankungen verwendet. Wer ein Schmerzmittel benötigt, kann für rezeptfreie Mittel bis zu achtmal so viel zahlen wie nötig. Es lohnt sich also beim Kauf auf den Preis zu schauen.**

In niedriger Dosis hilft *Acetylsalicylsäure* (ASS) auch nach einem Herzinfarkt oder Schlaganfall (Hirnfarkt), erneute Infarkte zu vermeiden. Noch immer suchen Wissenschaftler nach weiteren Anwendungsmöglichkeiten. Die Hoffnung, dass *Acetylsalicylsäure* sogar zur Vorbeugung von Krebs dienen könnte, ließ sich allerdings in einer großen Studie, die kürzlich veröffentlicht wurde, nicht bestätigen. Zahlreiche Firmen bieten heutzutage *Acetylsalicylsäure*-Präparate gegen Schmerzen an – zu beträchtlich unterschiedlichen Preisen. In der folgenden Preistabelle vergleichen wir die Kosten des Angebots (kein Anspruch auf Vollständigkeit) auf der Basis von Packungsgrößen zwischen 20 und 30 Tabletten zu 500 mg. Zur direkten Vergleichbarkeit

geben wir auch die Kosten für eine Tagesdosis von drei Tabletten an. Prozentangaben veranschaulichen die Dimension der Preisunterschiede. Den Tageskostenpreis des billigsten Präparates deklarieren wir mit 100%. Die Präparate sind vom billigsten zum teuersten angeordnet. Besonders preisgünstig sind die Generika-Anbieter 1A Pharma und Aliud. Besonders teuer sind Aspirin®- sowie Kau- und Brausetabletten. Auch der unnötige Zusatz von *Vitamin C* treibt den Preis in die Höhe - und das ohne Grund, denn *Vitamin C* ist sehr billig in der Herstellung.

**Der Sprudeleffekt und das überflüssige, spottbillige Vitamin C verteuern die Schmerzmittel bis auf das Achtfache von normalen Tabletten.**

Handelsname	Hersteller	Packungsgröße	Kosten (€) pro Packung	Kosten (€) pro Tag	Kostenvergleich in Prozent	
<b>ASS 500 1A Pharma</b>	1A Pharma	30 Tabletten	1,55	0,16	100%	
<b>ASS AL 500</b>	Aliud	30 Tabletten	1,58	0,16	102%	
<b>ASS 500 Hexal</b>	Hexal	30 Tabletten	2,30	0,23	148%	
<b>ASS 500 v. ct</b>	ct Arzneimittel	30 Tabletten	2,30	0,23	148%	
<b>ASS-Ratiopharm</b>	Ratiopharm	30 Tabletten	2,30	0,23	148%	
<b>ASS Sandoz</b>	Sandoz	30 Tabletten	2,30	0,20	148%	
<b>ASS Stada 500 mg</b>	Stada	30 Tabletten	2,30	0,23	148%	
<b>Godamed</b>	Pfleger	20 Tabletten	2,23	0,33	216%	
<b>Aspro 500</b>	Bayer Selbstmed.	20 Brausetabl.	4,37	0,66	423%	
<b>Aspirin</b>	Bayer Selbstmed.	20 Tabletten	4,45	0,67	431%	
<b>Aspirin Direkt</b>	Bayer Selbstmed.	20 Kautabletten	7,25	1,09	702%	
<b>Acetylsalicylsäure plus Vitamin C:</b>						
<b>ASS + C Hexal</b>	Hexal	20 Brausetabl.	5,85	0,88	566%	
<b>Boxazin plus C</b>	Boehring Ingelth.	20 Brausetabl.	8,60	1,29	832%	

Stand Okt. 2005