

Kein Betakarotin für Raucher

Betakarotin kommt in vielen gelben und orangefarbenen Gemüse- und Obstsorten vor, beispielsweise in Karotten, rotem Paprika, Aprikosen und Mangos. Es wird im Körper in Vitamin A umgewandelt. Künstliche Karotinoide dienen zur Färbung von Lebensmitteln (z.B. Butter) und Getränken (z.B. Fanta®). Auch als Nahrungsergänzungsmittel ist Betakarotin erhältlich und wird mit vielfältigen Versprechungen angeboten.

Als Präparat eingenommen soll der Farbstoff Betakarotin beispielsweise für natürliche, schöne Bräune und gesundes Aussehen sorgen. Als Arzneimittel (z.B. Carotaben®) dient Betakarotin unter anderem zur Behandlung weißer Hautflecken (Vitiligo).

Lange galt Betakarotin als Vitamin, das vor den schädlichen Folgen des Rauchens schützen kann. Auch heute noch werden Betakarotin-haltige Nahrungsergänzungen als „Zellschutz“ propagiert.^a Und es wird behauptet, dass viele Menschen nicht genug Betakarotin aufnehmen. Zu dieser Gruppe gehören angeblich auch regelmäßige Raucher.^b Tatsächlich kann Betakarotin aber gerade Raucher.^b Tatsächlich kann Betakarotin aber gerade Raucher.^b Tatsächlich kann Betakarotin aber gerade Raucher.^b

Bereits vor zehn Jahren wurden hierzu zwei alarmierende Studien veröffentlicht. Demnach erhöht die Einnahme von Betakarotin in Tablettenform bei Rauchern die Häufigkeit von Lungenkrebs und die Wahrscheinlichkeit, an einem Tumor zu sterben. Erst jetzt – mit zehnjähriger Verspätung – ordnet das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte an, dass starke Raucher (20 oder mehr Zigaretten/Tag) nicht mehr als

20 mg Betakarotin pro Tag einnehmen dürfen. Die Anbieter von Arzneimitteln, die Betakarotin enthalten, müssen die Warnung unter der Rubrik „Gegenanzeigen“ spätestens ab Mai 2006 in den Beipackzetteln deklarieren. Niedriger dosierte Arzneimittel (2 mg bis 20 mg Betakarotin) sollen einen Hinweis tragen, der vor regelmäßiger Einnahme „über einen längeren Zeitraum“ warnt.^c Das für Lebensmittel zuständige Bundesinstitut für Risiko-

bewertung (BfR) rät aus Gründen des vorsorgenden Gesundheitsschutzes, bei der Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln eine Höchstmenge von 2 mg Betakarotin pro Tag nicht zu überschreiten.^d

Diese Maßnahmen und Warnungen gelten nur für die Verwendung von isoliertem Betakarotin in Nahrungsergänzungsmitteln und Arzneimitteln, nicht jedoch für die Aufnahme von Betakarotin beim Essen und Trinken.^c

Viele Fragen zu Betakarotin bleiben offen. So ist noch zu

klären, ob hohe Betakarotin-Dosierungen auch für Nichtraucher schädlich sein können und welche Dosierungen wirklich unbedenklich sind. Wir raten daher, den Konsum von Betakarotin-haltigen Nahrungsergänzungsmitteln vorsichtshalber einzuschränken oder ganz darauf zu verzichten.

Wir erwarten von den Behörden einschränkende Maßnahmen – im Arzneimittelbereich die Einführung einer Verschreibungspflicht für höher dosierte Präparate und für Nahrungsergänzungsmittel eindeutige Mengengrenzen pro Tagesdosis.



Die übliche Aufnahme von Betakarotin mit der Nahrung ist für Gesunde ausreichend. Betakarotinoid-haltige Arzneimittel sollten nur nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt eingenommen werden.

Quellen

- a Internetwerbung für Carotin® unter www.gesundheit.de/produkte/vitamine-und-naehrstoffe/carotin-betacarotin-fuer-den-hautschutz/index.html
- b Auf den Informationsseiten von „gesundheit.com“ www.gesundheit.com/gc_detail_7_vitamin18_7.html
- c Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte: Presseinformation vom 4. Januar 2006; Stufenplanbescheid Stufe II zu Betakarotin www.bfarm.de/de/vigilanz/stufenpl/index.php?more=betaCarotin_Stuf.php
- d Bundesinstitut für Risikobewertung: Stellungnahme Nr. 019/2005 vom 8. März 2005; Bundesinstitut für gesundheitlichen Verbraucherschutz und Veterinärmedizin: Pressedienst 02/1998 vom 30. Januar 1998

Foto: Jörg Schaabber

Die Redaktion stellt sich vor

DER ARZNEIMITTELBRIEF

Gute Pillen - Schlechte Pillen wird gemeinsam von drei Fachzeitschriften getragen. Wir stellen Ihnen in die beteiligten Partner vor. Heute den ARZNEIMITTELBRIEF, in den nächsten Ausgaben das arznei-telegramm und den Pharma-Brief.

DER ARZNEIMITTELBRIEF ist eine seit vierzig Jahren erscheinende Fachzeitschrift. Das Heft richtet sich speziell an Ärzte und Apotheker, die über den aktuellen Stand der Behandlung mit Arzneimitteln unabhängig und kritisch informiert werden. Die Herausgeber und Mitarbeiter sind selbst Ärzte, die sich einerseits tagtäglich den Patienten widmen, sich aber andererseits auch intensiv wissenschaftlich mit Nutzen und Risiken von Medikamenten auseinandersetzen.

Eines ist klar für das Team des ARZNEIMITTELBRIEF: Wenn der Wert von Arzneimitteln untersucht wird, muss immer der Nutzen für den Menschen im Mittelpunkt stehen. Deshalb erscheint die Zeitschrift auch ohne Werbung für Arzneimittel. Denn damit wird verhindert, dass die Pharmaindustrie als Anzeigenkunde Einfluss auf den wissenschaftlichen Inhalt der Zeitschriftenartikel nehmen kann, wie dies in vielen anderen Fachzeitschriften geschieht.

www.der-arzneimittelbrief.de