

Kurz und knapp

Ayurveda-Produkte: Giftige Inhaltsstoffe

Wer Ayurveda-Produkte kauft, erwartet von der traditionellen indischen Medizin gut verträgliche Therapeutika. Nun zeigt eine Studie aus den USA, dass insbesondere Präparate aus der „rasa shastra“-Gruppe häufig mit Schwermetallen belastet sind.¹ Vor allem der Quecksilbergehalt ist vielfach zu hoch. „Rasa shastra“ verwendet bei der Herstellung traditionell Metall- und Mineralpräparate (Rasa bedeutet Quecksilber). Der Verband europäischer Ayurveda-Mediziner und Therapeuten versichert, der Metallgehalt würde im Verarbeitungsprozess auf unbedenkliche Werte gesenkt.² Das scheint aber nicht der Fall zu sein. Außer Quecksilber sind Blei und Arsen ein Problem. Zum Teil gefährliche Schwermetallkonzentrationen wurden in jedem fünften der 193 untersuchten Präparate aus indischer und US-amerikanischer Herstellung entdeckt. Belastet waren 40% der Rasa shastra-Produkte, bei den rein pflanzlichen Präparaten waren es 17%. Da es sich bei allen Präparaten um Nahrungsergänzungsmittel handelt, entgehen sie der relativ strengen Arzneimittelüberwachung – nicht nur in den USA, auch bei uns (siehe GPSP 6/2006, S.6).

Risiko: Psychopharmaka bei Demenz

Gedächtnisstörungen sind das große Problem von Demenzkranken. Je schwerer die Erkrankung, desto häufiger treten aber auch Fehlwahrnehmungen (Halluzinationen) sowie Wesens- und Verhaltensveränderungen auf. Dies ist für den Betroffenen

und sein Umfeld besonders belastend.³ Um die Probleme zu verringern, werden häufig Neuroleptika verordnet, die bei Patienten mit Schizophrenie oder anderen Psychosen die Wahnvorstellungen mindern können. Studien weisen darauf hin, dass sowohl die klassischen als auch die neueren atypischen Neuroleptika für Menschen mit Demenz schwerwiegende unerwünschte Wirkungen haben, die tödlich enden können.⁴ Demenzkranke sollten daher nur bei schweren Halluzinationen damit behandelt werden und möglichst nicht längerfristig, was in Pflegeeinrichtungen offenbar häufiger vorkommt.



Überflüssig: „Für Diabetiker geeignet“

Vor allem übergewichtige, falsch ernährte Menschen erkranken an Typ 2-Diabetes, jener Form der Zuckerkrankheit, bei der Blut zu viel Zucker enthält, weil das Insulin der Bauchspeicheldrüse nicht ausreichend wirkt (Insulinresistenz). Seit Jahrzehnten wird Diabetikern abgeraten, Zucker in Form von Saccharose (Haushaltszucker) zu konsumieren. Die Industrie bietet folgerichtig spezielles Gebäck, Süßwaren und auch Wein mit dem Etikett *Für Diabetiker geeignet* an. In den Produkten ist der

Gehalt an Saccharose gering und wird z.B. durch Fruktose (Fruchtzucker) ausgetauscht. Relevante Vorteile von Lebensmitteln mit Zuckeraustauschstoffen für Diabetiker sind aber nicht belegt. Saccharose zu ersetzen, nützt ihnen wenig, da bei vielen nicht nur der Zuckerstoffwechsel, sondern auch der Protein- und Fettstoffwechsel gestört sind.⁵ Für Betroffene sind regelmäßige Bewegung und eine gesunde Ernährung⁶ wichtig – keine Spezialkost. Daher spricht sich das Bundesinstitut für Risikobewertung dafür aus, dass „werbende Empfehlungen auf Lebensmitteln wie *Für Diabetiker geeignet* ersatzlos gestrichen werden“. Denn Diabetiker könnten sich in falscher Sicherheit wiegen. Erforderlich seien eine individuelle Blutzuckerkontrolle und eine detaillierte Nährwertkennzeichnung auf allen Lebensmitteln, für alle Verbraucher.

Gefährlich: Medikamente im Wasser

Es ist kein Geheimnis, dass große Mengen von Arzneimitteln in die Umwelt und von dort auch ins Trinkwasser gelangen. Zu den berüchtigten Beispielen gehört das Schmerzmittel Diclofenac, von dem 70% den Körper unverändert verlassen und mit dem Urin ins Abwasser fließen. Etwa 90 Tonnen des Wirkstoffs werden jährlich in Deutschland verbraucht, 63 Tonnen gelangen demnach in den Wasserkreislauf.⁷ Die Klärwerke kapitulieren, weil die Konzentration – selbst von Diclofenac – im Abwasser zu gering ist, um das Medikament gezielt herauszufischen. Das ist auch eine Kostenfrage. Schweden geht das Problem an der Wurzel an: Ärzte