

Kurz und knapp

Schlankheitsmittel mit Chitosan: Gefährliche Wechselwirkung

Manche Produkte, mit denen Menschen versuchen abzunehmen, enthalten Chitosan. Diese Substanz wird hauptsächlich aus zermahlene Krebsschalen gewonnen und soll im Magen-Darm-Bereich Fette aus der Nahrung binden, so dass sie nicht in den Blutkreislauf gelangen und zusätzliche Kalorien liefern. So weit die Theorie, die die Werbung für chitosanhaltigen Produkte wie formoline L 122 seit Jahren verbreitet (siehe auch GPSP 5/2006, S. 9). Die Wirkung dieser Mittel ist aber einerseits gering – Personen, die etwa ein halbes Jahr Chitosankapseln geschluckt hatten, verloren im Schnitt nur 1,7 Kilo und längerfristig gerademal ein halbes! – andererseits können Chitosanprodukte die Aufnahme von wichtigen Arzneimitteln verhindern. Das wird speziell für solche Wirkstoffe befürchtet, die an Fett gebunden (lipophil) über den Verdauungstrakt ins Blut gelangen. Kürzlich berichteten italienische Ärzte von zwei epilepsiekranken Frauen um die 30, die ein Medikament mit Valproinsäure benötigen und mit Chitosanprodukten abnehmen wollten. Sie erlitten unerwartet epileptische Anfälle und hatten bei der ärztlichen Kontrolluntersuchung überraschend wenig Valproinsäure im Blut.¹ Auch dem Deutschen Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) wurde ein solcher Verdacht bei einer 19-jährigen Frau gemeldet.² Das Problem: Bei dieser Art Schlankheitsmittel handelt es sich um Medizinprodukte, die im Vergleich zu Arzneimitteln schlecht untersucht sind. Und Kontrollen bei der alltäglichen Anwendung gibt es praktisch nicht – die zustän-

digen Landesbehörden sind damit offenkundig überfordert (siehe auch Kasten S. 10). Was die möglichen Wechselwirkungen mit Medikamenten angeht, sehen wir vermutlich nur die Spitze des Eisbergs!

Trügerisch: Herztöne beim Ungeborenen selbst messen

Angehenden Eltern werden neuerdings vor allem via Internet Geräte angeboten, mit denen sie die Herzschläge des Ungeborenen angeblich kontrollieren können.³ Dies soll ihnen mehr Sicherheit zwischen den Kontrollen beim Arzt bringen. Nun haben zwei Ärzte in dem Fachblatt British Medical Journal darauf hingewiesen, wie gefährlich es ist, sich auf die private Überwachung der kindlichen Herztöne zu verlassen.⁴ Sie berichten von zwei schwangeren Frauen, die zu spät in die Klinik kamen, weil sie meinten, die Herzschläge des Ungeborenen noch registriert zu haben. Dabei war eines der Kinder bereits tot. Was die Eltern wahrgenommen hatten, war möglicherweise nur der mütterliche Puls oder das durch die Plazenta strömende Blut. Eine Herzüberwachung erfordert besondere Erfahrung, daher warnen die beiden Ärzte vor dem privaten Monitoring, bei dem je nach Gerätetyp entweder die Herztöne verstärkt werden oder die Herzfrequenz per Ultraschall-Doppler-Technik erfasst wird. Es wird befürchtet, dass die Geräte noch populärer werden könnten und nicht nur falsche Sicherheit, sondern auch überflüssige Verunsicherung bewirken. Namen wie „Angelsounds“ dürften daran nicht ganz unschuldig sein.

Psychopharmaka: Sturzgefahr im Alter erhöht

Ältere Menschen stürzen leicht. Unter den über 80jährigen fällt jeder

Zweite einmal im Jahr hin. Die Folgen sind oft schwer: Verletzungen, Behinderung, Einweisung ins Pflegeheim, Tod. Manche Stürze lassen sich durch eine gute Beleuchtung verhindern, andere indem man Stolperfallen beseitigt: Kabel aus dem Weg räumen, Teppiche rutschfest machen usw. (GPSP 3/2007, S. 11). Auch manche Medikamente erhöhen das



Risiko zu stürzen. Eine Auswertung bereits vorhandener Studien zeigt, dass Beruhigungs- und Schlafmittel, Benzodiazepine – oft gegen Ängste verordnet – und Medikamente gegen Depressionen (Antidepressiva) das Sturzrisiko erhöhen.⁵

Dicht machen: Luft in Straßentunnels

Wer durch einen längeren Straßentunnel fährt, sollte Autofenster oder das Cabriodach schließen, die Klimaanlage auf Umluft stellen und als Motorradfahrer lieber erst gar nicht in den Tunnel fahren, wenn abzusehen ist, dass sich darin ein Stau gebildet hat. In Straßentunnels ist nämlich die Luft bereits bei fließendem Verkehr durch gesundheitsschädigenden