

weise Herzrhythmusstörungen, ist also besonders sorgfältig zu achten. Solche potenziellen Auswirkungen sind unseres Erachtens in der klinischen Prüfung nicht genügend erfasst bzw. dokumentiert worden. Angesichts der offenen Fragen zur Sicherheit von Prucaloprid können wir die langfristige Einnahme des Mittels nicht empfehlen. Hinzu kommt der mit 3,20 Euro pro Tagesdosis sehr hohe Preis.

### Magensäure

*„Stimmt es, dass man eine halbe Stunde vor und nach dem Essen nichts trinken soll? Wird die Magensäure verdünnt und so die Verdauung beeinträchtigt?“* B.U.

**GPSP:** Trinken verdünnt zwar die Magensäure, also die Salzsäure, und die Verdauungssäfte, aber auf die Verdauung hat das keine Auswirkungen. Ein Glas Wasser verändert den Säuregrad des Mageninhaltes praktisch nicht. Auch auf die Wirksamkeit der Enzyme, die zur Verdauung beitragen, hat der Verdünnungseffekt durch ein Glas Wasser keinen relevanten Einfluss.

### Übersäuerung

*„Können Sie mir bitte mitteilen, ob es tatsächlich einen übersäuerten Körper gibt, den man mit basischen Pülverchen oder Kapseln entsäuern kann oder ob es sich dabei um eine der vielen Möglichkeiten handelt, uns das Geld aus der Tasche ziehen zu wollen.“* S.W.

**GPSP:** Die Idee des „übersäuerten“ Körpers, der Grund für zahllose Leiden sein soll, ist abwegig. Ein gesunder Organismus verfügt über verschiedene Mechanismen, mit denen er den Säuregrad unseres Blutes (pH-Wert), das sogenannte „mi-

lieu interne“, sehr konstant hält. Bei schweren Krankheitszuständen, wie z.B. dem Überzuckerungs-Koma des Diabetikers und anderen Stoffwechsellentgleisungen kann es allerdings tatsächlich zu einer gefährlichen Übersäuerung mit schwerwiegenden Folgen kommen. Aber dies sind Extremzustände, auf die die Werbung für die angesprochenen Nahrungsergänzungen nicht abzielt und bei denen sie auch nicht die geeignete Maßnahme wären. Irgendwelche basischen Pulver prophylaktisch einzunehmen, ist überflüssig, zumal der Körper das normale Milieu sofort wieder einreguliert. Ob solche Mittel Schaden anrichten können – was bei kontinuierlicher Einnahme denkbar wäre –, ist nicht hinreichend untersucht. Sparen Sie sich also diese Geldausgabe.

### Säureblocker

*„Ich bekomme seit Jahren den Säureblocker Omeprazol. Mehrfach habe ich gelesen, dass dadurch die Aufnahme von Calcium und Vitamin B12 wesentlich gestört wird. Mein Arzt sagt, ich solle mehr Mineralwasser trinken, in der Apotheke wollen sie mir teure Pillen verkaufen. Was soll ich tun?“* H.R.

**GPSP:** Ohne persönliches Gespräch und Kenntnis Ihrer Situation können wir nur einige grundsätzliche Hinweise geben. Brauchen Sie Omeprazol wirklich als Dauermedikament, oder haben Sie nur gelegentlich saures Aufstoßen oder Magenschmerzen? Omeprazol wird zu häufig verordnet und sollte eigentlich nur eingenommen werden, wenn es wirklich notwendig ist (GPSP 2008/06, S. 3). Ob bei Ihnen eine Unterversorgung mit Calcium und Vitamin B12 besteht, sollten Sie mit Ihrem Hausarzt abklären. (GPSP 2/2007, S. 10)

## Impressum

© 2011 Gute Pillen - Schlechte Pillen. Diese Zeitschrift erscheint ohne Einflussnahme von Industrie, Behörden oder sonstigen Institutionen und finanziert sich durch Abonnements.

**Redaktion:** August-Bebel-Str. 62, D-33602 Bielefeld

Internet: [www.gutepillen-schlechtepillen.de](http://www.gutepillen-schlechtepillen.de)

E-Mail: [redaktion@GP-SP.de](mailto:redaktion@GP-SP.de)

**Herausgeber:** Gute Pillen - Schlechte Pillen - Gemeinnützige Gesellschaft für unabhängige Gesundheitsinformation mbH, Berlin, Bergstr. 38A, 12169 Berlin, HRB 98731B Amtsgericht Berlin-Charlottenburg, Geschäftsführer: Wolfgang Becker-Brüser, Jörg Schaaber, Prof. Dr. Walter Thimme

Gute Pillen - Schlechte Pillen wird getragen von den kritischen Fachorganen arznei-telegramm, DER ARZNEIMITTELBRIEF, Arzneiverordnung in der Praxis und Pharma-Brief.

**Redaktion:** Wolfgang Becker-Brüser (Arzt und Apotheker), Dr. rer. nat. Elke Brüser, Dr. med. Dietrich von Herrath, Prof. Dr. med. Bruno Müller-Oerlinghausen, Dipl. Soz. Jörg Schaaber MPH (verantwortlich), Prof. Dr. med. Walter Thimme, Dr. rer. nat. Christian Wagner-Ahlfs.

**Cartoon:** Thomas Kunz

**Titelbild:** Annika Ucke

**Fotos:** Jörg Schaaber S. 2, 8, 10, Jiver S. 3, Privat S. 6, Elke Brüser S. 11, Medizinische Hochschule Hannover S. 12, Annika Ucke S. 14

**Herstellung und Vertrieb:** Westkreuz-Verlag GmbH Berlin/Bonn, Töpchiner Weg 198/200, 12309 Berlin, Tel. (030) 7 45 20 47; Fax (030) 7 45 30 66, [abo@GP-SP.de](mailto:abo@GP-SP.de)

**Bezugsbedingungen:** Erscheinungsweise: 6 Ausgaben pro Jahr. Abonnement für Einzelpersonen 15 €, für Praxen, Firmen, Behörden und sonstige Institutionen 30 € (jeweils inkl. Versand). Kündigung des Abonnements: drei Monate zum Jahresende. Preise für Mehrfachabos auf Anfrage. Einzelpreis 3 €, alle Preise inkl. MwSt. Daten der regelmäßigen Bezieher werden mit EDV verarbeitet. An Dritte werden die Daten nicht weitergegeben.

Redaktionsschluss dieser Ausgabe: 18.3.2011

GPSP Hef 3/2011 erscheint am 28.5.2011

### GPSP in der Apotheke

*„Ich möchte mich für die großartigen Beiträge bedanken. Es ist für mich als Apotheker immer wieder eine große Argumentationshilfe. Gerade heutzutage, wo immer mehr problematische „Arzneimittel“ propagiert werden, ist seriöse Information extrem wichtig. Selbst unsere Standeszeitung schreibt ja jeden Unsinn ab.“* F.P.