

Leserbriefe



PZN-Nummer

*„Warum haben Nahrungsergänzungsmittel eine PZN-Nummer?“
H.M.*

GPSP: Die Abkürzung PZN steht für Pharmazentralnummer. Sie stellt kein Qualitätsmerkmal oder Qualitätssiegel dar. Die PZN ist eine siebenstellige (ab 2013 achtstellige) Nummer, die den Apotheken die Bestellung beim Großhandel erleichtert. PZN gibt es für Medikamente, Nahrungsergänzungsmittel und andere in Apotheken erhältliche Artikel. Jeder Hersteller kann für sein Produkt gegen Gebühr eine PZN beantragen, die dann eindeutig für dieses Produkt mit bestimmten Inhaltsstoffen und eine bestimmte Packungsgröße steht. Somit ist die PZN ein technisches Hilfsmittel für Bestellungen, Abrechnungen und Lieferungen. Wenn also ein Hersteller damit wirbt, eine PZN-Nummer zu haben, sagt das gar nichts.

Wasseraufbereitung

„Zu Ihrem Bericht „Brauchen wir Wasserfilter“ in Heft 4/2012 haben wir eine Frage. Wir haben uns vor einiger Zeit eine Wasserfilter-Anlage einbauen lassen. Das gefilterte Wasser ist ohne Rückstände, also auch ohne Mineralien. Ist dieses Wasser gesundheitsschädigend?“ R.M.

GPSP: Vermutlich war Wasserenthärtung für Sie der Grund, die Anlage (wahrscheinlich ein Ionentauscher) zu installieren. Gesundheitlich dürfte Ihnen das aufbereitete Wasser aus der Filteranlage bei fachgerechter Wartung des Systems keine Nachteile bringen. Die Menge an Mineralstoffen, die man mit ungefiltertem Leitungswasser aufnimmt, ist relativ gering. Wenn Sie in einem Gebiet mit „hartem“, also calciumreichem Wasser leben und ihm Mineralstoffe durch Aufbereitung entziehen, entgehen Ihnen etwa 100 mg Calcium pro Liter, also eine Menge, die in etwa 10 g Emmentaler Käse oder einem halben Glas Vollmilch enthalten ist. Ein Vielfaches von Calcium und Mineralien nehmen Sie täglich mit der Nahrung zu sich.

Teufelskralle

„Hilft Teufelskralle wirklich bei Arthrose und welches aus der Unzahl von Präparaten kann man empfehlen?“ A.T.

GPSP: Ein Nutzen von Teufelskralle bei Arthrose und zur Schmerzlinderung ist nach aktuellem wissenschaftlichen Stand nicht hinreichend belegt. Zu diesem Ergebnis kommt die Prüfung durch die Europäische Arzneimittelbehörde EMA.¹ Aussagekräftig wäre ein direkter Vergleich von Teufelskralle mit üblichen Schmerzmitteln wie Diclofenac oder Ibuprofen, der aber bisher nicht durchgeführt wurde. Und die anderen bisherigen Studien sind zu klein, um Schlussfolgerungen ziehen zu können.

Dem gegenüber stehen Risiken: Bereits bei Anwendungen über mehrere Wochen sind Geschwüre im Zwölffingerdarm beschrieben worden.² Die Anbieter weisen in den Fachinformationen für Ärzte auf Magen-Darm-Probleme hin.

¹ EMEA (2009) EMEA/HMPC/251324/2006 Corr www.ema.europa.eu/docs/en_GB/document_library/Herbal_-_HMPC_assessment_report/2010/01/WC500059019.pdf

² arznei-telegramm (2012) 3, S. 31