

Buchtipp: Meine Laborwerte

Ihr Arzt hat ein „kleines Blutbild“ gemacht – und Sie sitzen nun zu Hause ratlos vor dem Laborbericht? Ein kürzlich erschienener, kleinformatiger Ratgeber der Stiftung Warentest kann Ihnen beim Entschlüsseln des Berichts helfen. „Meine Laborwerte“ ist weitgehend leicht verständlich geschrieben. Es werden die typischen Einzelwerte für das kleine und das große Blutbild erläutert (die so genannten Parameter) und 29 weitere Laborwerte besprochen.

Grundsätzlich folgt die Autorin bei jedem Laborwert dem Schema: Wann ist es notwendig, den

Wert zu messen? Für welche Körperfunktionen spielt er eine Rolle? Was bedeuten zu hohe oder zu niedrige Werte? Was muss beachtet werden? Was kann ich tun? Sie erfahren, was ein Normbereich ist und wie aussagekräftig Laborwerte überhaupt sind.

Ein Kapitel „Mein Körper“ soll Grundwissen über körperliche Vorgänge vermitteln, überzeugt aber in seiner Darstellung nicht so recht. In die Besprechung der Laborwerte eingestreute Begleittexte wie „Weißes Blutbild“ oder „Was ist ein Enzym?“ bieten interessante Informationen und helfen, Laborwerte und ihre Be-



Claudia-Viktoria Schwörer (2014)
Meine Laborwerte.
Berlin: Stiftung Warentest,
144 Seiten, 9,90 €

deutung für Körperfunktionen einzuordnen. Sie sind jedoch ungünstig platziert. Alles in allem ein nützliches Nachschlagewerk. In „Meine Laborwerte“ können Sie vieles nachlesen, was Ihnen Ihr Hausarzt oder Ihre Hausärztin mehr oder weniger verständlich erläutert hat.

Johanniskraut

Schwanger trotz Verhütungsimplantat

Die britische Arzneimittelbehörde warnt vor ungewollten Schwangerschaften, wenn Frauen mit dem Implantat Implanon NXT® verhüten und außerdem wegen depressiver Störungen Johanniskrautpräparate einnehmen.¹ Aber: Genau genommen gilt diese Warnung im Prinzip für alle hormonhaltigen Verhütungsmittel.

Johanniskrauthaltige Medikamente, Nahrungsergänzungsmittel und Tees können die Wirksamkeit zahlreicher Arzneimittel beeinträchtigen. Das ist seit Langem bekannt, denn Bestandteile des Pflanzenextraktes stimulieren Leberenzyme, die den Abbau vieler Arzneimittel fördern und dadurch deren Wirkspiegel im Blut verringern. Zu diesen Mitteln gehören unter anderem Hormonpräparate, Antidepressiva und Aids-Medikamente.

Wenn davon die Rede ist, dass Johanniskraut die Wirksamkeit anderer Arzneimittel herabsetzen kann, denken die meisten Menschen an Tabletten oder Kapseln. Es ist für diesen Wirkungsverlust aber unwesentlich, ob die Arzneimittel geschluckt, als Implantat eingesetzt oder als Zäpfchen eingeführt werden.² Und ein hormonfreisetzendes Implantat, das rund drei Jahre lang wirkt, vergisst

frau leicht, wenn sie in der Apotheke oder der Arztpraxis nach verwendeten Arzneimitteln gefragt wird, um mögliche Wechselwirkungen abzuklären.

Frauen, die mit Hormonen verhüten, sei es mit Minipille, der üblichen Gestagen-Östrogen-haltigen Pille oder mit anderen Produkten wie Implantaten, sollten grundsätzlich keine Johanniskrautpräparate einnehmen. Deren Nutzen als Antidepressivum ist ohnehin umstritten.³

- 1 MHRA (2014) Drug Safety Update, St. John's wort; interaction with hormonal contraceptives, including implants – reduced contraceptive effect. 12. März
- 2 arznei-telegramm® (2014) 45; S. 43
- 3 atd (2012) Johanniskrautextrakt. Arzneimitteldatenbank des arznei-telegramm®, Stand 26. Febr.
- 4 Schwabe GmbH, Beipackzettel Neuroplant®, Stand Juni 2012

Irreführende Warnung in Beipackzetteln

Beipackzettel von Johanniskrautpräparaten informieren unzureichend über potenziell schädliche Wechselwirkungen mit Arzneimitteln. Irreführend ist es, wenn der Begriff hormonelle Empfängnisverhütungsmittel mit „Pille“ übersetzt wird (z.B. bei Neuroplant®⁴). Auch die Wirkung von Pflaster, Vaginalring und Implantat zur Schwangerschaftsverhütung wird verringert.