

Leserbriefe

Hörsturz

Ich hatte vor ca. einem Jahr einen Hörsturz und nahm kurze Zeit die Ginkgotabletten Tebonin® und setzte diese bald ab. Zu viel Chemie. Dann kam ich auf die Firma Terra Elements, die rein pflanzlich sind. Nun wollte ich fragen, ob man das weiter nehmen kann. Oder was hilft dagegen? J.O.

GPSP: Die Ursachen von Hörsturz sind nicht geklärt, und es gibt keine gesichert wirksame Therapie. Ob ein Produkt „pflanzlich“ ist oder nicht, spielt dabei keine Rolle – entscheidend ist die Frage, ob es wirksam ist oder nicht. Das gilt auch für Ginkgo und das Markenprodukt Tebonin®. Auch hier gibt es bisher keine überzeugenden Belege für eine Wirksamkeit (GPSP 4/2013, S. 26).

Das Unternehmen Terra Elements verkauft verschiedene Nahrungsergänzungsmittel. Bei diesen handelt es sich aber nicht um Medikamente! Wenn ein bestimmtes Produkt erwiesenermaßen gegen Tinnitus hilft, für diese Indikation angeboten und beworben wird, müsste es als Arzneimittel zugelassen sein.

Blutdrucksenker Ramipril

Ich nehme täglich früh morgens nüchtern 5 mg Ramipril zur Blutdrucksenkung ein und trinke anschließend einen Kaffee mit Milch. Besteht die Gefahr, dass dadurch die Wirkung des Ramipril beeinträchtigt wird? R.M.

GPSP: Ramipril ist ein Arzneimittel aus der Gruppe der sogenannten ACE-Hemmer, die meist bei hohem Blutdruck verordnet werden. Wechselwirkungen von Ramipril mit Kaffee, Milch und anderen Nahrungsmitteln sind nicht bekannt. Mit einer wichtigen Ausnahme: Ramipril kann die Wirkung von Alkohol verstärken und umgekehrt.

Passionsblume bei Schlafstörungen?

Was halten Sie von Lioran®? Oder welches Mittel empfehlen sie gegen Schlafstörungen und Müdigkeit, Zerschlagung, auch nach gut durchgeschlafenen Nächten? T.K.

GPSP: Extrakte der Passionsblume werden zur Behandlung leichter Schlafstörungen oder Unruhezustände rezeptfrei angeboten – häufig auch in Kombination mit Baldrian, Hopfen und anderen pflanzlichen Stoffen. Die Wirk-

samkeit der Passionsblume ist wissenschaftlich nicht gut untersucht.

Zwar hat sich in den 1980er Jahren die „Kommission E“, die damaligen Bundesgesundheitsamt für die Bewertung pflanzlicher Arzneimittel zuständig war, positiv zu Passionsblume geäußert.¹ Dennoch sind die wissenschaftlichen Kenntnisse nicht befriedigend. Wir würden Ihnen, wenn Sie auf eigene Faust einen Versuch machen wollen, eher zu einem reinen Baldrianpräparat raten. Seine Wirkung ist etwas besser untersucht, und es gibt einige Hinweise für eine beruhigende und schlafanstößende Wirkung.

Im Übrigen aber empfehlen wir Ihnen, ärztlichen Rat in Anspruch zu nehmen, falls sich die Schlafstörungen nicht bessern, mehrfach in der Woche auftreten und schon längere Zeit bestehen, oder wenn Sie sich selbst nach gut durchgeschlafener Nacht zerschlagen fühlen. Möglicherweise steckt eine Krankheit oder eine körperliche Reaktion auf psychische Belastungen dahinter.

¹ Kommission E beim BGA (1985) Monographie Passionsblumenkraut, Bundesanzeiger 11. Nov., Nr. 223 S. 14335