

Leserbriefe



Flexofytol®

Was ist von dem Nahrungsergänzungsmittel Flexofytol® zu halten? P.Z.

GPSP: Flexofytol® ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit dem Inhaltsstoff Gelbwurzel (Kurkuma). Kurkuma ist Bestandteil vieler Gewürzmischungen, z.B. indischer Currys. Das Produkt Flexofytol® des belgischen Anbieters Tilman SA ist über Internetapotheken erhältlich (180 Kapseln ca. 50 €).

Immer wieder ist zu lesen, dass Kurkuma „gut für die Gelenke“ sei. So findet sich auf der Webseite einer belgischen Online-Apotheke¹ über Flexofytol® die Aussage „Kurkuma hilft die Geschmeidigkeit der Gelenke zu behalten und die Alterung der Knorpel zu begrenzen“. Diese Behauptung ist wissenschaftlich nicht nachgewiesen und auch nicht von der Europäischen Aufsichtsbehörde EFSA genehmigt.²

Die bisher durchgeführten Studien zur Anwendung von Kurkuma bei Arthrose sind nicht aussagekräftig. Es gibt weder einen ernsthaften Beleg dafür, dass Kurkuma Betroffenen Linderung verschafft, noch dass Kurkuma bei gesunden Menschen einen Verschleiß der Gelenke verhindern kann.

¹ www.farmaline.de/gesund/bestellen/flexofytol-180-kapseln (Abruf 7.12.2015)

² EFSA (2010) Nr. 8, S. 1493 www.efsa.europa.eu/en/efsajournal/pub/1493.htm

Sauerkirschen gegen Gicht?

Gibt es seriöse Informationen zu Sauerkirschextrakt gegen erhöhte Harnsäurewerte? M.S.

GPSP: Das Internet bietet eine Fülle von Sauerkirschsaften und -extrakten mit der werbenden Behauptung, dass diese die Harnsäure im Serum senken und Gichtanfälle verhindern. Die Studienlage für solche Aussagen ist sehr dürftig, denn die Studien und Einzelbeobachtungen erfüllen die üblichen Qualitätsanforderungen nicht. Ärztliche Empfehlungen sind auf dieser Grundlage nicht möglich. Zwar soll eine große prospektive Studie³ eine Wirksamkeit bei Patienten mit diagnostizierter Gicht gefunden haben: Anfälle waren seltener, auch wenn der Sauerkirschsaft zusätzlich zum gängigen Gichtmedikament Allopurinol eingenommen wurde. Der Haken an dieser Studie: Sie war als Internet-Befragung konzipiert, d.h. sie basierte nur auf Antworten von Fragebögen. Für eine Behandlungsempfehlung reicht das nicht.

³ Zhang Y u.a. (2012) Arthritis & Rheumatism; 64, S. 4004

Reducelle® Fatburner Kapseln

Wir interessieren uns für dieses Präparat. Die wissenschaftliche Leiterin der Firma Alsitan erläutert, das Reducelle® auch bei klinischen Studien eine hervorragende Verträglichkeit und deutlich messbare Ergebnisse bestätigt wurden. Haben sie von diesem Präparat schon gehört und können Sie mir Ihre Meinung dazu mitteilen? K.H.

GPSP: Das Produkt des Unternehmens Alsitan (30 Kapseln ca. 16 €) ist ein Lebensmittel, das beim Abnehmen helfen soll. Es enthält Bestandteile aus Orangen und Grapefruit sowie Guarana, einer Tropenpflanze mit kaffeeähnlicher Wirkung. Wissenschaftliche Belege für eine Wirksamkeit zur Gewichtsreduktion finden wir nicht. Die vom Anbieter in der Werbung genannte Studie konnten wir auch auf Nachfrage nicht einsehen. Mitteilung des Anbieters:⁴ „Die gesamte Studie können und dürfen wir leider nicht herausgeben.“ Die Behauptungen über

einen angeblichen Nutzen sind somit nicht überprüfbar.

Egal, was die Werbung für Abnehmprodukte behauptet: Abnehmen mit Pillen allein funktioniert nicht (siehe GPSP 3/2015, S. 7). Selbst wenn ein Diätprodukt oder ein Medikament kurzfristig dazu beiträgt, Gewicht zu verlieren, liegt die Herausforderung darin, das neue Gewicht zu halten. Und das ist nur durch eine langfristige Umstellung der Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten möglich.

⁴ Email Alsitan GmbH vom 6. Juli 2015