

## Wenn die Nase zu bleibt

### Erkältungsmittel manchmal nicht besser als Placebo

Erkältungsmittel enthalten meist ein Schmerzmittel wie Paracetamol und einen Wirkstoff, der die Nasenschleimhaut abschwellen soll. In Doregrippin®, GeloProsed®, Cetebe® Antigrippal<sup>1</sup> und Wick Daymed® Kombi<sup>1</sup> steckt zu diesem Zweck Phenylephrin. Machen solche Kombinationen tatsächlich „schnell wieder fit für den Alltag“, wie der GeloProsed®-Anbieter Pohl-Boskamp verspricht?<sup>2</sup>

Die Frage, ob und wie zuverlässig Phenylephrin eine verstopfte Nase befreit, sollte bereits 2007 eine Auswertung veröffentlichter

Studien äußerst unbefriedigend war, forderte die US-amerikanische Arzneimittelbehörde FDA weitere aussagekräftige Studien.

Eine daraufhin initiierte Untersuchung mit mehr als 500 sonst gesunden Erwachsenen, die an Heuschnupfen litten, bestätigte die älteren Studien. Kürzlich wurden die Ergebnisse veröffentlicht: Phenylephrin, in Dosierungen von 10 mg bis 40 mg alle vier Stunden eingenommen, lindert Nasenverstopfung nicht besser als ein Placebo (Scheinmedikament).<sup>3</sup> Zum gleichen, für Phenylephrin ernüchternden Ergebnis, kommt eine weitere aktuelle Studie mit ebenfalls über 500 Patienten. Sie verglich ein Präparat, das 30 mg Phenylephrin mit verzögerter Wirkstofffreisetzung (Retard) enthielt, mit Placebo.<sup>4</sup>

#### Einzelstoffe sind empfehlenswert

Die Behauptung „schnell wieder fit für den Alltag“ ist also – was die Besserung bei verstopfter Nase angeht – Werbung pur. Der Wirkstoff Phenylephrin ist überflüssig. Und statt Kombinationspräparate mit mehreren Wirkstoffen einzunehmen, empfehlen wir Einstoffpräparate. Mit diesen lassen sich gezielt die individuell lästigen Beschwerden lindern – jeweils in bedarfsgerechter Dosierung. Infrage kommen vor allem Schmerzmittel wie Paracetamol, Acetylsalicylsäure oder Ibuprofen (GPSP 1/2008, S. 3). Und bei

verstopfter Nase sorgen schleimhautabschwellende Nasentropfen wie Xylometazolin (GPSP 2/2012, S. 10) rasch und zuverlässig für freie Nasenatmung. Die Tropfen dürfen jedoch nur höchstens sieben Tage hintereinander benutzt werden, um ein Anschwellen der Nasenschleimhaut als Rebound-Effekt zu vermeiden („Nasentropfen-Schnupfen“).<sup>5</sup>

Manchmal reichen auch salzhaltige Nasentropfen (z.B. Olynth® Salin). Diese lindern Beschwerden, indem sie die Nasenschleimhaut befeuchten. Sie dürfen längere Zeit eingetröpfelt werden, wirken allerdings nicht abschwellend (GPSP 5/2010, S. 12).

#### Mehr ist nicht besser

Ein besonders unerfreuliches Kapitel sind Präparate wie Cetebe® Antigrippal und Wick Daymed® Kombi, denen neben Phenylephrin auch noch ein Hustenmittel zugemischt ist (GPSP 1/2016, S. 10). Die haben in Erkältungsmitteln unseres Erachtens nichts zu suchen.

- 1 zusätzlich als dritter Wirkstoff ein Hustenmittel
- 2 Pohl-Boskamp (2016) an Apothekenmitarbeiter gerichtete Werbung für GeloProsed® in PZ 4/2016, S. 23
- 3 Meltzer EO u.a. (2015) J Allergy Clin Immunol Pract; 3, S. 702
- 4 Meltzer EO u.a. (2016) Ann Allergy Asthma Immunol; 116, S. 66
- 5 arznei-telegramm® (2016) 47, S. 14

Studien klären. Sie ließ jedoch nicht erkennen, dass die übliche Dosis von 10 mg Phenylephrin überhaupt wirkt. Weil das Ergeb-

