

Nebenwirkungen: Krank durch Medikamente

Medikamente sind zweifellos sehr praktisch. Der Zeiteinsatz für ihre Einnahme ist gleich Null. Zusätzliche Massnahmen sind so gut wie nie nötig. Der Doc weiss meist sofort, welche Pille er bei welchen Beschwerden verschreiben muss. Das gibt ein Gefühl von Sicherheit. Nicht gerade selten aber folgt der Medikamenteneinnahme eine gewisse Ernüchterung. Man fühlt sich weder geheilt noch wohl und in den Händen des Docs auch nicht mehr so sicher. Leichtes Unbehagen bis hin zu ernststen Gesundheitsbeschwerden tauchen auf, auch Nebenwirkungen genannt.

Autor: Carina Rehberg

Aktualisiert: 22. October 2019

Stand: 23. October 2019

Medikamente gegen Nebenwirkungen?

Die meisten Patienten verlassen sich in Bezug auf die Auswahl des hoffentlich richtigen Medikaments auf ihren Therapeuten. Sie glauben ernsthaft, er habe alles unter Kontrolle. Doch welcher Therapeut klärt die individuelle Konstitution des einzelnen Patienten vor Verschreibung der üblichen Medikamente ab?

Ihr Therapeut hat gar nicht die Zeit dazu. Und was tut er, wenn Nebenwirkungen auftreten? In diesem Fall gibt es zwei Möglichkeiten: Entweder die Medikation bleibt gleich und es gibt zusätzliche Medikamente (mit neuen Nebenwirkungen) gegen die alten Nebenwirkungen.

Oder aber man ändert die Medikation und ersetzt das ursprünglich verordnete Medikament mit einem Alternativmedikament - in der Hoffnung, der betreffende Patient sei für dessen Nebenwirkungen nicht so anfällig wie für die des erstverordneten.

Die Qual der Wahl: Leid oder Nebenwirkungen?

Klingt all das irgendwie gesund? Hört sich das nach Heilung an? Kaum. Kritische Patienten werden daher gerne mit dem Argument abgespeist, unerwünschte Arzneimittelereignisse (so nennt man "Nebenwirkungen" in Fachkreisen) würden wirklich nur in ganz wenigen Fällen auftreten. Gleichzeitig gilt in der Schulmedizin das Motto "Keine Wirksamkeit ohne Nebenwirkungen".

Daher kann auch ein Arzt, der sehr wohl um das mögliche Auftreten gewisser Nebenwirkungen weiss - aufgrund seiner beschränkten Therapiemöglichkeiten - nichts anderes tun, als den Patienten vor die Wahl zu stellen: Leid oder Linderung.

Letzteres gibt es nur gemeinsam mit Nebenwirkungen oder zumindest mit einem gewissen Risiko für Nebenwirkungen. Wer also entscheidet sich - wenn der Leidensdruck ein gewisses Ausmass erreicht hat - gegen die Linderung?

Wechselwirkungen von Medikamenten

Wer dann auch noch mehrere Medikamente gleichzeitig einnehmen muss, läuft zusätzlich Gefahr, in den Einflussbereich der sog. Wechselwirkungen zu geraten. Wechselwirkungen sind Wirkungen, die dann auftreten, wenn sich die Wirkstoffe verschiedener Medikamente nicht vertragen, sprich, wenn sie sich gegenseitig verstärken, aufheben oder in ihrer neuen Kombination auch zu ganz neuen - völlig unerwarteten und meist auch ziemlich ungesunden - Wirkungen führen.

Ältere Menschen sind besonders in Gefahr

Gerade ältere Menschen leiden oft gleich an mehreren chronischen Erkrankungen, wie z. B. Diabetes, Bluthochdruck, Herzschwäche, Osteoporose oder auch an den Folgen eines Schlaganfalls. Folglich brauchen sie in vielen Fällen schon eine Art Medikamentenplaner, weil sich bei Medikamentenmengen in nicht selten zweistelliger Grössenordnung kein Mensch mehr auswendig merken kann, welche Pillen in welcher Anzahl zu welchem Zeitpunkt eingenommen werden müssen.

Abgesehen davon, dass ältere Menschen über 65 Jahren sowieso als empfänglicher für Nebenwirkungen gelten als jüngere Patienten, stellten Wissenschaftler ausserdem fest, dass "die Behandlung, auf die diese Patienten dauerhaft angewiesen sind, oft an ihren Bedürfnissen vorbei geht."

Ärzte verlieren leicht den Überblick

Weiter heisst es in der Beschreibung des vom Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) gesponserten Verbundprojektes "PRISCUS" (ein Teilprojekt zum Programm "Gesundheit im Alter"): "Niemand weiss genau, wie eine angemessene Behandlung bei Multimorbidität (gleichzeitiges Auftreten mehrerer Krankheiten - Anm. d. Redaktion) aussehen müsste.

Die Forschung zum Thema Multimorbidität steckt noch in den Kinderschuhen. Viele Fragen sind offen: Was muss man bei der Behandlung älterer Menschen berücksichtigen? Wie müssen Medikamente aufeinander abgestimmt werden, wenn mehrere chronische Erkrankungen vorliegen? Das bedeutet im Klartext: Kaum ein Arzt hat den Überblick, welche Medikamente er bei einem Patienten mit Multimorbidität gefahrlos miteinander verordnen kann.

Rote Medikamenten-Liste für Ärzte

Da Ärzte nicht nur in Bezug auf Arzneimittel-Kombinationen überfordert zu sein scheinen, sondern ausserdem ganz generell mit der richtigen Medikamenten-Auswahl (worunter wiederum besonders ältere Patienten zu leiden haben), entstand unter der Projektleitung von Prof. Dr. med. Petra A. Thürmann, Lehrstuhl für Klinische Pharmakologie, Universität Witten/Herdecke die sog. PRISCUS-Liste (veröffentlicht im Februar 2011).

Dort wird die "potenziell inadäquate Medikation für ältere Menschen" aufgelistet, nämlich insgesamt 83 Arzneistoffe, die älteren Menschen häufig verordnet werden, ihnen aber - nach ausführlicher Beurteilung durch eine Vielzahl von Fachleuten - nach Möglichkeit eben nicht verordnet werden sollten.

Verträglichere Alternativmedikamente

Ärzten wird in dieser Liste ausserdem gleichzeitig ein besser verträgliches Alternativmedikament vorgeschlagen. Falls der Arzt - aus welchen Gründen auch immer - auf die Verordnung des "potenziell inadäquaten" Medikamentes bestehen sollte, dann erscheinen in einer separaten Spalte genaue Informationen, wie der Patient, der nun ein eigentlich dringend zu meidendes Medikament einnimmt, kontrolliert werden muss, damit die zu erwartenden "unerwünschten Arzneimittelereignisse" möglichst frühzeitig erkannt werden können.

Eine weitere Spalte wurde den Gegenanzeigen gewidmet, das bedeutet, hier werden Krankheiten aufgezählt, bei deren Vorhandensein das betreffende Mittel auf gar keinen Fall verschrieben werden sollte. Die PRISCUS-Liste eignet sich also auch ganz hervorragend als Lektüre für Patienten, die gerne überprüfen möchten, wie das ihnen oder auch ihren Angehörigen verschriebene Medikament beurteilt wird.

Gefahr durch ärztliche Verordnungen verringert

Insgesamt soll mit Hilfe der PRISCUS-Liste die Gefahr der Verordnung gesundheitsgefährdender Medikamente durch Ärzte verringert werden. Schon allein die Notwendigkeit einer solchen Liste beweist die bisher offenbar üblichen fehlerhaften oder wenig durchdachten Arzneimittel-Verordnungen durch Ärzte.

Allerdings beschränkt sich die PRISCUS-Liste auf die gebräuchlichsten Medikamente und die vorgeschlagenen Alternativen geben auch nicht gerade Anlass zu hemmungslosem Jubel.

Acht Schmerzmittel eignen sich nicht für ältere Menschen

Die Liste beginnt gleich mit acht Schmerzmitteln, die älteren Menschen gerne zur Bekämpfung von rheumatischen Schmerzen verschrieben werden. Indometacin beispielsweise ist ein Schmerzmittelwirkstoff, der häufig zu ernsthaften gastro-intestinalen Beschwerden führt, ja, diese Beschwerden können teilweise auch mehr als ernsthaft, nämlich tödlich sein.

Als Alternative wird das Allerweltsschmerzmittel Paracetamol in Kombination mit nicht-medikamentösen Massnahmen (Kühlung, Entlastung, physikalische Therapien, Schmerzbewältigungsstrategien, etc.) empfohlen.

Leider ist Paracetamol auch nicht gerade das Gelbe vom Ei. Lesen Sie dazu bitte weiter unten unter "Nebenwirkung Leberschäden".

Nebenwirkungsreiche Medikamente sorgen für Dauerpatienten

Ist der behandelnde Arzt jedoch der Meinung, sein Patient solle trotz all der Risiken Indometacin einnehmen, dann müssen magenschützende Begleitmedikamente verordnet werden, gleichzeitig müssen Magen und Darm in regelmässigen Abständen auf Geschwüre und Blutungen untersucht werden und ein Blutbild ist alle drei Monate nötig. Ferner müssen sowohl die Nierenfunktion als auch der Blutdruck unter ärztlicher Beobachtung bleiben.

Schlussendlich sollte das Herz in wöchentlichem Rhythmus auf eine mögliche - infolge der Indometacin-Einnahme erfolgten - Insuffizienz untersucht werden. Die empfohlenen Sicherheitsmassnahmen weisen eindeutig darauf hin, dass und in welchen Bereichen Nebenwirkungen erwartet werden und sorgen ausserdem dafür, dass der Patient in kurzen Abständen in der Praxis erscheint.

Sorgfältig auswählen: Medikamente gegen Depression und Demenz

Des Weiteren findet man in der PRISCUS-Liste eine Reihe von Antidepressiva, die unter anderem zu einem erhöhten Risiko für Hüftfrakturen und Embolien, zu Schwindel, Lethargie und Verwirrheitszuständen führen können. Verwirrheitszustände können nun wiederum zur Verordnung von sog. Antidementiva führen, also Medikamente zur Behandlung von Demenzerkrankungen, wie z. B. von Alzheimer.

Von der Verwendung der vier genannten Arzneimittel gegen Demenz wird "aufgrund der Studienlage" jedoch abgeraten - obwohl diese Medikamente selbstverständlich eine Zulassung für diese Indikation haben.

Demenz: Nebenwirkung von Arzneimitteln gegen Bluthochdruck?

Genauso kritisch müssen so manche Präparate gegen Bluthochdruck beurteilt werden. Eines soll gar zu einem erhöhten Risiko für Schlaganfälle und kardiovaskulärer Erkrankungen führen. Zwei weitere hatten in der Vergangenheit zu Depressionen und negativen Auswirkungen auf die Kognition geführt - womit wir wieder bei der Notwendigkeit von Antidepressiva und Antidementiva angelangt wären. Lesen Sie dazu auch: [Antidepressiva fördern Schlaganfall](#).

Ganz dringend stellt sich hier ausserdem die Frage, ob die Ursache der zunehmenden Zahl von Demenzkranken und Depressiven nicht vielleicht einfach in der ihnen zuvor verordneten Medikation zu finden ist. Die Einnahme von Medikamenten scheint in manchen Fällen also in einen Teufelskreis weiterer Verordnungen zu münden, aus dem ein Entrinnen irgendwann einmal gar nicht mehr möglich ist.

Geringer Nutzen, ernsthafter Schaden

Donald Light, Ph. D., Professor für Gesundheitspolitik an der Hochschule für Medizin und Zahnmedizin von New Jersey, USA untersuchte unlängst das Nutzen-Risiko-Verhältnis von neu zugelassenen Medikamenten. Dabei stellte sich heraus, dass 85 Prozent dieser Medikamente nur sehr geringen Nutzen haben - wenn überhaupt. Statt dessen bergen sie allesamt das Risiko, ernsthaften Schaden bei den Patienten zu verursachen. Professor Light meinte in einer Presseerklärung:

Manchmal verschweigen Pharmaunternehmen Informationen über die schweren Nebenwirkungen ihrer neuen Produkte oder spielen sie herunter, während sie gleichzeitig den Nutzen der Medikamente übertreiben. Und dann geben sie das doppelt- und dreifache der Forschungsausgaben für Marketing aus, um die Ärzte davon zu überzeugen, diese neuen Medikamente auch zu verschreiben.

Dr. Light's Forschungsbericht, *Pharmaceuticals: A Two-Tier Market for Producing "Lemons" and Serious Harm*, ist eine Analyse der pharmazeutischen Industrie und ihrer Arbeitsweisen.

Seine Schlussfolgerungen stützte er auf einen umfangreichen Datensatz aus unabhängigen Quellen und Studien - darunter das *Canadian Patented Medicine Prices Review Board*, die Food and Drug Administration (FDA) und das französische Fachjournal *Prescrire International*, welches Forschungsergebnisse in den Bereichen Pharmakologie und Toxikologie veröffentlicht.

Pharmaindustrie kontrolliert sich selbst

Wie aber kann das sein? Wie können Medikamente - bei den angeblich so strengen Zulassungsverfahren - überhaupt auf den Markt gelangen, wenn ihr offensichtlicher Schaden grösser ist als ihr Nutzen?

Laut Professor Light hätten die Pharmaunternehmen nicht nur die Kontrolle über die wissenschaftliche Forschung, sondern auch über die für neue Medikamente nötigen Testreihen. Das bedeute, dass die Firmen ihre klinischen Tests so entwerfen, dass die möglichen Gefahren der Präparate dabei gar nicht erst zum Vorschein kommen.

Die Pharmaindustrie bestimme ausserdem selbst, welche ihrer Forschungsergebnisse veröffentlicht bzw. an die Zulassungsbehörde weiter geleitet werden und welche besser unter den Tisch fallen sollten.

Zulassungsbehörden im Griff der Pharmaindustrie

Professor Light berichtet von einem weiteren Trick, mit dem die Arzneimittelhersteller die Behörden im Griff haben. Der Trick heisst "swamping the regulator" und bezeichnet die Angewohnheit, die Zulassungsbehörde mit einer Unmenge unvollständiger und unzureichender klinischer Tests regelrecht zu überschwemmen, so dass diese mit Sicherheit nicht alle Unterlagen akribisch überprüfen wird.

In einer Untersuchung über 111 kürzlich zugelassene Produkte fehlten so dann auch bei 42 Prozent die normalerweise erforderlichen randomisierten Testreihen, bei 40 Prozent wurden nicht die richtigen Dosierungen getestet, bei 39 Prozent fehlten Beweise über die tatsächliche Wirksamkeit des Produkts und 49 Prozent der zugelassenen Medikamente warfen Bedenken über ernste Nebenwirkungen auf.

Die bekanntesten Nebenwirkungen von Medikamenten

Nachfolgend stellen wir die derzeit besonders häufig auftretenden Nebenwirkungen vor. Betroffen sind nicht nur ältere Menschen, sondern auch junge Patienten. Falls Sie an einer dieser Beschwerden leiden und gleichzeitig Medikamente gegen eine ganz andere Erkrankung einnehmen, dann prüfen Sie bitte, ob diese Medikamente nicht gar die Auslöser für ihre Zusatzbeschwerden sind.

Nebenwirkung Bluthochdruck

Bluthochdruck gehört zu den weit verbreiteten Volksleiden. Jeder vierte Deutsche soll bereits davon betroffen sein. Interessant ist dabei, dass gerade Bluthochdruck eine ausserordentlich häufig zu beobachtende Nebenwirkung von Medikamenten ist.

Zu Bluthochdruck können manche Medikamente gegen Fibromyalgie führen. Aber auch die sog. NSAID (Nichtsteroidale, entzündungshemmende Schmerzmittel wie z. B. ASS, Ibuprofen etc.) sowie Corticosteroide (Cortisonhaltige Medikamente) können Bluthochdruck verursachen.

Nebenwirkung Impotenz

Bluthochdruck kann also in sicher nicht wenigen Fällen als Folgeerkrankung einer Medikamenteneinnahme betrachtet werden, die daraufhin zu erneuter Medikamenteneinnahme und natürlich erneuten Nebenwirkungen führt. Die bekannten Nebenwirkungen von Medikamenten gegen Bluthochdruck sind demzufolge Benommenheit, Schwindel, chronische Müdigkeit, Kopfschmerzen, Herzrhythmusstörungen, Impotenz, Konzentrationsstörungen etc. - von den weiter oben genannten (Depressionen, Demenz) ganz abgesehen.

Riskante Behandlung von Impotenz

Impotenz kann daraufhin mit Sildenafil (z. B. Viagra) behandelt werden. Sildenafil wirkt ganz hervorragend gegen erektile Dysfunktion, ja, es wirkt sogar so hervorragend, dass nach dessen grosszügigem Einsatz schon Ehen in die Brüche gingen, weil sich so manche Ehefrau unangenehm überfordert fühlte.

Das ist leider nicht die einzige Nebenwirkung von Sildenafil. Ehefrauen lassen sich bei Bedarf schliesslich austauschen, der eigene Kopf aber nicht. Bei knapp 11 Prozent der Patienten führt Sildenafil nämlich zu Kopfschmerzen. Da Sie aber bereits Kopfschmerzen haben, nämlich als Nebenwirkung Ihrer Bluthochdruckmedikamente, fällt das kaum ins Gewicht.

Wenn Sie jetzt aber Pech haben, kann Sildenafil ausserdem zu einer sog. anterioren ischämischen Optikusneuropathie (auch Augeninfarkt genannt) führen. Damit bezeichnet man den akuten Verschluss einer den Sehnerv versorgenden Augenarterie.

Da dies im schlimmsten Falle zu Erblindung führen kann, ist der Augenfarkt eine echte Notfallsituation. Doch auch hier hat die Schulmedizin eine Lösung parat: mit Hilfe einer Parazentese (operative Öffnung) der Augenvorderkammer kann der Augeninnendruck vom Chirurgen gesenkt werden und so dem Augenfarkt ein Schnippchen geschlagen werden.

Nebenwirkung von Medikamenten: Selbstmord

Menschen, die an Depressionen oder Angstzuständen leiden, können ihren Alltag oftmals ohne Medikamente gar nicht mehr meistern. Leider führen manche dieser Medikamente dazu, dass sich - meist bereits vorhandene - Selbstmordgedanken unter Einwirkung von bestimmten Psychopharmaka regelrecht konkretisieren.

Wenn zuvor noch vorhandene Angstzustände vom letzten Schritt abhielten, können die angstlösenden Effekte der Medikamente direkt zum Selbstmord führen. Das ist durchaus bekannt, weshalb Patienten, die diese Arzneimittel erhalten, in der Psychiatrie erst einmal unter strengste Bewachung gestellt werden.

Leider gelingt es aber auch den dort tätigen Therapeuten nicht immer, richtig einzuschätzen, bei welchem Patienten die verordnete Medikation zu einer konkreten Suizidgefahr werden kann und bei welchem nicht. Folglich kommt es in den entsprechenden Einrichtungen immer wieder zu Selbstmord oder Selbstmordversuchen.

Doch nicht nur einschlägige Psychopharmaka können in manchen Patienten den Wunsch nach einem vorzeitigen Tode wecken, sondern offenbar auch Medikamente gegen Fibromyalgie oder gar Präparate zur Nikotinentwöhnung.

Nebenwirkung Leberschäden

In der Pharmazeutischen Zeitung war bereits im Jahre 2009 zu lesen: "Leichte Schädigungen der Leber durch Medikamente sind häufiger, als man denkt." Schwere Schäden seien hingegen selten, doch wenn sie aufträten, dann seien sie durchaus lebensbedrohlich. Insgesamt betreffe jede zehnte unerwünschte Arzneimittelwirkung die Leber.

Da jedes eingenommene Medikament zuerst die Leber passiert, bevor es in den Blutkreislauf gelangt, wundert diese Häufigkeit auftretender Leberprobleme kaum. In Wirklichkeit ist es sogar so, dass von Arzneimitteln verursachte Leberschäden - so die Pharmazeutische Zeitung - einer der häufigsten Gründe für akutes Leberversagen darstellten. 75 Prozent der Patienten würden einen solchen Zwischenfall nicht überleben, womit Leberversagen, die häufigste von Medikamenten verursachte Todesursache darstelle.

Zu Leberschäden können daher sehr viele Medikamente führen. Das Schmerzmittel Paracetamol - das bei Kopf-, Zahn-, Regel- und rheumatischen Gelenkschmerzen verordnet wird - sei dabei für zwei Drittel der Fälle mit akutem Leberversagen verantwortlich.

Für das übrige Drittel sind Antibiotika, Nichtsteroidale Mittel gegen rheumatische Beschwerden, Cholesterinsenker (Statine), Arzneimittel gegen Epilepsie sowie Schmerzmittel und Präparate gegen Entzündungen zuständig.

Nebenwirkung Nierenschäden

Auch die Nieren sind am Entgiftungsgeschehen des Körpers beteiligt und folglich leiden auch diese Organe nicht zu knapp unter einer regelmässigen Medikamenteneinnahme.

Nierenschäden können beispielsweise von etlichen chemotherapeutischen Präparaten, von Antibiotika und Medikamenten gegen Bluthochdruck verursacht werden.

Auch Diclofenac, das beliebte und stark wirksame Medikament gegen Schmerzen und Entzündungen kann zu Nierenschäden führen. Diclofenac vermindert die Blutversorgung der Nieren, was besonders bei vorgeschädigten Nieren problematisch werden könnte.

Wenn bei der Einnahme von Arzneimitteln dieser Art die Nierenfunktion nicht regelmässig überprüft wird, kann der Patient mit einem ernsten Problem, nämlich mit Nierenversagen, konfrontiert werden.

Beipackzettel lesen!

Es könnte sich also durchaus lohnen, den Beipackzettel zu studieren und den Arzt daraufhin hartnäckig nach möglichen Alternativen zu befragen. Nichtsdestotrotz können alle Medikamente zu mehr oder weniger starken Nebenwirkungen führen, was jedoch offenbar einfach zum akzeptierten Eigenrisiko eines Patienten zu gehören scheint.

Ohne Nebenwirkungen von Medikamenten leben

Wer auf Medikamente nicht verzichten möchte oder darf, ist ihnen dennoch nicht machtlos ausgeliefert. Auf den Seiten des Zentrums der Gesundheit finden Sie viele Ratschläge, wie Sie einerseits Ihren Körper (Leber, Nieren, Verdauungssystem) so stärken können, damit er Medikamente leichter entgiften kann und welche Massnahmen Sie andererseits ergreifen können, um langfristig die Selbstheilungskräfte Ihres Organismus so zu aktivieren, dass Sie möglicherweise bald überhaupt keine Medikamente mehr benötigen.

Dazu gehören u. a.:

- Darmreinigung und Aufbau der Darmflora
- Führen Sie eine Entsäuerung durch.
- Praktizieren Sie eine vitalstoffreiche basische Ernährung aus frischen Zutaten.
- Ernähren Sie sich vorwiegend mit gesunden Salaten
- Erhöhen Sie den Anteil chlorophyllreicher Lebensmittel in Ihrer Ernährung.
- Integrieren Sie frische selbst gezogene Sprossen in Ihre Ernährung.
- Gönnen Sie Ihrer Leber hochwertige Bitterstoffe.
- Trinken Sie täglich 2,5 bis 3 Liter Wasser (bzw. so viel, wie es Ihr Gesundheitszustand erlaubt).
- Meiden Sie Zucker sowie andere isolierte Kohlenhydrate (Weissmehl, Stärke, Weisser Reis, etc.) und daraus hergestellte Nahrungsmittel.
- Bewegen Sie sich täglich, und wenn Sie "nur" regelmässig spazieren gehen.

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.



Link zum Artikel

<https://zdg.de/nebenwirkungen-von-medikamenten-ia.html>