

# Presse-Information

## Bei Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln Arzt und Apotheker informieren

**Berlin, 29. April 2013** – Werden pflanzliche Nahrungsergänzungsmittel (NEM) ohne fachliche Beratung eingenommen, kann das zu Wechselwirkungen mit Arzneimitteln und bei ärztlichen Interventionen zu schwerwiegenden Komplikationen führen. „Pflanzliche Nahrungsergänzungsmittel sind nicht so harmlos, wie viele Patienten meinen. Wer solche Präparate einnimmt, sollte seinen Arzt oder Apotheker unbedingt darüber informieren“, sagt Dr. Andreas Kiefer, Präsident der Bundesapothekerkammer. „Anders als bei Arzneimitteln sind bei Nahrungsergänzungsmitteln keine Beipackzettel mit Hinweisen auf Neben- oder Wechselwirkungen vorgeschrieben. Deshalb kommt der Beratung in der Apotheke eine besondere Bedeutung zu.“

Zu den riskanten pflanzlichen NEM gehören **Ginkgo** (botanischer Name: Ginkgo biloba), **Schwarzkümmel** (Nigella sativa) und **Sägepalmenfrüchte** (Serenoa repens). NEM mit diesen Pflanzen können die Blutgerinnung beeinflussen und sollten mindestens drei Tage vor einem Eingriff abgesetzt werden. NEM mit **Knoblauch** (Allium sativum) oder **Ginseng** (Panax ginseng) können ebenfalls das Blutungsrisiko erhöhen und sollten mindestens 7 Tage vor einem ärztlichen Eingriff abgesetzt werden. Knoblauch, der in geringen Mengen als Gewürz verzehrt wird, ist aber unbedenklich. So früh wie möglich vor Eingriffen absetzen sollten Patienten NEM mit **Sonnenhut** (Echinacea purpurea). Diese Pflanze kann zu allergischen Reaktionen führen und die Wirkung verschiedener Medikamente hemmen. NEM mit **Rotem Reis** sollten nicht zusammen mit cholesterinsenkenden Statinen eingenommen werden.

**Johanniskraut** (Hypericum perforatum) vermindert die Wirkung vieler Arzneimittel, indem es deren Abbau in der Leber beschleunigt. Weniger bekannt ist, dass die Wirksamkeit einer Krebstherapie dabei deutlich sinken kann. Einer der wichtigsten Inhaltsstoffe des Johanniskrauts baut sich zudem nur sehr langsam ab. Diese Präparate sollten deshalb mindestens fünf Tage vor einer Operation abgesetzt werden. Aber nicht nur pflanzliche NEM bergen Risiken. So gibt es Hinweise aus der Forschung, dass **Zink-Ionen** die Resistenzbildung gegenüber Antibiotika und das Wachstum bestimmter Tumorzellen fördern können.

Die Risiken einzelner pflanzlicher NEM stellte der Krankenhausapotheker Ulrich Rothe, Direktor der Apotheke des Universitätsklinikums Regensburg, beim Kongress „Der Apotheker als Wissensmanager“ vor. Veranstaltet wurde der Kongress von der Bundesverband Deutscher Krankenhausapotheker ADKA e.V. Unterstützt wurde Rothe von der Bayerischen Landesapothekerkammer.

Diese Pressemitteilung und weitere Informationen stehen unter [www.abda.de](http://www.abda.de)

### Kontakt:

Dr. Ursula Sellerberg, MSc,  
Stellvertretende Pressesprecherin  
Tel. 030 40004-134  
E-Mail: [u.sellerberg@abda.aponet.de](mailto:u.sellerberg@abda.aponet.de)