

## Was bringen alternative Therapien?

Ein Bericht von [www.hepatitiscare.de](http://www.hepatitiscare.de)

Wie bei vielen chronischen Krankheiten gibt es auch für die Hepatitis C zahlreiche Therapieansätze, die zu der sogenannten alternativen Medizin gehören. Leider gibt es für die meisten dieser Stoffe keine nach wissenschaftlichen Kriterien durchgeführten wissenschaftlichen Studien. Angewendet werden z.B. Birkenrinde, Mariendistel, Artischocke, oder Mistelextrakt, Extrakte aus der grünen Tomate u.a. Meist wurde bei einzelnen Patienten ein Rückgang der Viruslast berichtet, die Erfolgsquote lag bei Untersuchungen mit mehreren Patienten meist bei etwa 10 % und bezog sich auf Patienten mit Genotyp 2 oder 3. Dabei ist der Begriff der Erfolgsquote nicht immer einheitlich definiert, selten bezieht er sich auf eine anhaltende Senkung der Viruslast 24 Wochen nach Ende der Therapie. Ein empfohlenes Therapieschema gibt es derzeit nicht. Wichtig: wenn Sie neben Ihrer "normalen" Interferontherapie noch andere "Therapeutika" nehmen, die nicht verschrieben werden, sollten Sie unbedingt Ihrem Arzt Bescheid geben. Viele der alternativen Arzneien sind nicht so ohne, wie man gemeinhin glaubt, denn auch Pflanzen wehren sich gegen Viren, Bakterien, Fressfeinde u.a. mit nicht ganz harmlosen Stoffen (Alkaloide, Phenole, Glucoside, Enzyme, höhere Alkohole, ätherische Öle u.v.m.). Und wenn Sie einen pflanzlichen Ansatz verfolgen möchten, lassen Sie sich am besten in der Apotheke beraten und verwenden Sie nur standardisierte Präparate. Andernfalls kann der Anteil der evt. wirksamen Substanz erheblich schwanken. (Übersetzung nach [www.hcvadvocate.org](http://www.hcvadvocate.org))

### Tipps zur alternativen Medizin bei Hepatitis C:

- Berichten Sie Ihrem Arzt über alle zusätzlichen Medikamente und Therapien, die Sie einnehmen, auch wenn er / sie diese Therapien nicht unterstützt.
- Nehmen Sie diese Stoffe nach der Gebrauchsanleitung ein, nicht mehr. Mehr hilft nicht unbedingt mehr.
- Überprüfen Sie die Herkunft der Inhaltsstoffe und des Medikaments. Auch Pflanzen können kontaminiert sein (Spritzmittel, Schwermetalle)
- Nehmen Sie nur Produkte, die sich einer Kontrolle unterzogen haben und die standardisiert sind.
- Am besten kaufen Sie diese Produkte in der Apotheke, dort können Sie sich meistens auch beraten lassen. Verlassen Sie sich nicht auf Texte, die Sie irgendwo lesen, oder irgendwelche "Erfolgsmeldungen", seien Sie auch noch so schön.
- Wenn Sie schwanger sind sollten Sie diese Mittel grundsätzlich nicht ohne ärztlichen Rat einnehmen. Auch Kinder sollten diese Mittel nicht so ohne Weiteres einnehmen.
- Ältere Menschen oder Patienten mit Begleiterkrankungen sollten noch vorsichtiger mit der Einnahme solcher Mittel sein.
- Mit chinesischer Medizin bzw. pflanzlichen Extrakten sollten Sie besonders vorsichtig sein, da sie oft nicht standardisiert sind Mit Xiao Chai Hu Tang (Bupleurum spec., Hasenohr) gab es in Japan in Kombination mit Interferon alfa 16 Todesfälle.

### Mariendistel (Milk Thistle, *Silybum marianum*)

(Übersetzung nach Seeff, L.B. et al: "Complementary and Alternative Medicine in Chronic Liver Disease". Hepatology, Vol. 34, No. 3, 2001, pp 596 ff).

Der Extrakt der Mariendistel ist wohl das bei Erkrankungen der Leber am häufigsten eingesetzte pflanzliche Mittel. Silymarin an sich ist der Extrakt der Pflanze "Silybum marianum, die in Europa, Asien und Nordamerika heimisch ist. Bereits 1960 wurden hochgereinigte Extrakte zu Verfügung gestellt. Chemische Analysen wiesen darauf hin, daß der Extrakt verschiedenste biologisch aktive Komponenten enthält, darunter 4 Flavinoide, zu denen auch das Silibinin gehört. Silymarin wurde bereits im 16. Jahrhundert verwendet, und wird bis heute bei Lebererkrankungen und Gelbsucht eingesetzt.

Experimentelle Untersuchungen ergaben, daß Silymarin als Antioxidans und als Fänger freier Radikale (free radical scavenger) wirkt. Dadurch wird eine Erschöpfung der Gluthathion-Vorräte, einem körpereigenem Radikalfänger, vermieden und verhindert so die Bildung freier Radikale im Körper. Freie Radikale können andere Substanzen z.B. Bausteine der Zellmembran oxidieren, und so das Gewebe schädigen. Allerdings sind die Wirkmechanismen und Zusammenhänge nicht genau geklärt. Neben diesen Effekten wird Silymarin eine antifibrotische Wirkung zugeschrieben. In Tierversuchen an Mäusen und Ratten konnte gezeigt werden, daß Silymarin vor bestimmten Schädigungen der Leber schützen kann, unter anderem auch Schädigungen durch das Gift des grünen Knollenblätterpilz (*Amanita phalloides*), Galaktosamine (ebenfalls Inhaltsstoff bestimmter Giftpflanzen), und Thioacetamine. Die maximale Wirkung wird erzielt, wenn Silymarin vor der Giftaufnahme verabreicht wird, allerdings hat es auch nach der Giftaufnahme noch einen schützenden Effekt. Aufgrund der Wirkung Silymarins bei Vergiftungen mit Pilzen wurde eine intravenöse Applikationsform entwickelt.

Eine erste Studie mit Silymarin wurde im Jahre 1971 als doppelblinde, randomisierte klinische Studie aufgelegt. Verglichen wurde dreimal täglich 140 mg Silymarin gegen eine Plazebo-Vitaminmischung. Untersucht wurden Patienten mit Leberzirrhose, die aus verschiedenen Gründen entstanden war. Die Studie wies mehrere Schwächen

auf, z.B. wurde sie vor der Entdeckung der Hepatitis C durchgeführt und der ursprüngliche Studienleiter starb während der Studie, sodaß sie von anderen Klinikern ausgewertet werden musste. Dennoch zeigte die Studie einen signifikanten Überlebensvorteil für Patienten, die mit Silymarin behandelt worden waren, und zwar sowohl nach zwei als auch nach vier Beobachtungsjahren. Die grössten Effekte zeigten sich bei Patienten mit Child–A–Zirrhose und bei Patienten mit Alkohol–induzierter Leberzirrhose. Dabei wies Silymarin praktisch keine Nebenwirkungen auf. Die Ergebnisse dieser Studie führten dazu, daß Silymarin bei Lebererkrankungen recht breit eingesetzt wurde. Im Jahre 1985 wurde eine weitere multizentrische, randomisierte klinische Studie aufgelegt, die 200 Patienten mit Alkohol–induzierter Leberzirrhose einschloss. Den Patienten wurden 150 mg Silymarin oder Plazebo 3 mal täglich über zwei Jahre verabreicht. Leider war die Compliance sehr schlecht und die Drop–Out–Rate sehr hoch, sodaß die Ergebnisse mit Vorsicht zu interpretieren sind. Auch hier zeigte sich ein leichter Vorteil bezüglich Überleben bei den mit Silymarin–behandelten Patienten und zwar sowohl nach 2 als auch nach 5 Jahren. Keine der beiden Studien lieferte histologische oder biochemische Daten, die Aussagekraft wird zudem durch das Fehlen einer definierten Kontrolle und eines prospektiv definierten Endpunktes der Studie limitiert. Bisher gibt es noch keine systematische, randomisierte klinische Studie zu Silymarin bei Hepatitis C. Pilot–Studien weisen darauf hin, daß Silymarin keinen Effekt auf die Viruslast aufweist, jedoch die biochemischen Marker absenkt. Daher sind vor einem systematischen Einsatzes von Silymarin in der Behandlung der Hepatitis C weitere klinische Studien erforderlich.

### **Glycyrrhizin (Extrakt der Süßholzwurzel)**

Glycyrrhizin ist der wässrige Extrakt aus der Wurzel der Süßholzpflanze (*Glycyrrhiza glabra*), die in Südost–Europa und Westasien wächst. Der Extrakt der Süßholzwurzel wird bereits seit Jahrhunderten in der Medizin verwendet, um Husten, Bronchitis, Gastritis und Leberentzündungen zu behandeln. Unter anderem wird aus Süßholzwurzel auch Lakritz hergestellt, der zum Teil bis 1999 einen hohen Anteil an Glycyrrhizin aufwies. Der Hauptbestandteil des Extraktes ist die Glycyrrhethin–Säure, daneben finden sich verschiedene Flavonoide, Isoflavonoide, Hydroxy–Coumarin und Sterole mit z.T. Glucocorticoid– bzw. Mineralocorticoid–Wirkung. Die tägliche Dosis beträgt zwischen 200–600 mg Glycyrrhizin.

In Tierexperimenten konnte gezeigt werden, daß Glycyrrhizin zum Teil verschiedene Schädigungen der Leber verhindern bzw. verlangsamen kann. Es hemmt die Aktivität der 11–beta–hydroxysteroid Dehydrogenase, die PEG2–Synthese in Macrophagen und verändert den Stoffwechsel der Arachidonsäure. Daneben hat Glycyrrhizin antioxidative Wirkung. In klinischen Studien eingesetzt, wurde mehrfach von einem positiven Effekt einer Glycyrrhizin–Gabe auf die virale Hepatitis berichtet, allerdings scheint es keine Auswirkungen auf die Viruslast bezüglich Hepatitis–C zu geben. In einer japanischen Studie wurden Patienten mit Hepatitis C mit einem Glycyrrhizin haltigen Extrakt behandelt (genauer mit Stronger Neominophagen C, das neben Glycyrrhizin auch Cystein und Glycin enthält). In dem Arm der Studie mit Glycyrrhizin–behandelten Patienten entwickelten nach 15 Jahren weniger Patienten eine Lebercirrhose als im unbehandelten Kontrollarm. Das Gleiche galt für das Auftreten eines Hepatocellulären Karzinoms. Die Studie war jedoch nicht prospektiv randomisiert und es wurden verschiedene Dosen SNMC verwendet. Darüber hinaus wurden keine Daten zur Histologie, Biochemie und HCV–RNA–Spiegeln angegeben.

Die Behandlung mit Glycyrrhizin ist darüberhinaus durchaus mit Nebenwirkungen verbunden. Aufgrund der mineralocorticoiden Wirkung kann sich eine bestehende Cirrhose verschlechtern, oder z.B. eine Hypokalemie hervorrufen (Absinken des Kalium–Spiegels). Allerdings scheint Glycyrrhizin eine Wirkung zu haben, die es wert ist, näher untersucht zu werden. Bevor jedoch weitere Studien geplant werden, muss eine reine, standardisierte und verlässliche Präparation des Extraktes zu Verfügung gestellt werden. Zur Zeit sollte der Extrakt bei Patienten mit Cirrhose nicht angewandt werden!

**Achtung: für die Richtigkeit der Dosierungen, Anwendungen und Präparatenamen kann keine Garantie übernommen werden. Fragen Sie in jedem Fall Ihren Arzt oder Apotheker !**

### **Auszug aus einer Pressemitteilung des BgVV**

Produkte mit hohem Glycyrrhizingehalt können Bluthochdruck und andere Nebenwirkungen auslösen. Untersuchungen der Landesbehörden der nördlichen Bundesländer haben ergeben, daß in Deutschland immer noch Lakritz–Produkte mit hohem Glycyrrhizin–Gehalt im Verkehr sind. Es handelt sich dabei vor allem um importierte Lakritzwaren. Lakritz–Erzeugnisse, die mehr als 200 mg Glycyrrhizin / 100g enthalten, können nach regelmäßigem Verzehr von mehr als 50 g pro Tag bei bestimmten Personen Nebenwirkungen auslösen. Da der Gehalt an Glycyrrhizin auf der Verpackung nicht deklariert ist, empfiehlt das Bundesinstitut für gesundheitlichen Verbraucherschutz und Veterinärmedizin, BgVV, erneut, vorsorglich auf ständigen Verzehr größerer Mengen zu verzichten. Das betrifft vor allem Verbraucher, die an Bluthochdruck, Herz–Kreislaufkrankungen und Diabetes leiden, sowie Schwangere. Glycyrrhizin ist natürlicher Bestandteil des Süßholzsafte, der aufgrund seiner charakteristischen geschmackgebenden Eigenschaften zur Herstellung von Lakritz verwendet wird. Süßholzsafte wird aus den getrockneten Wurzeln der vor allem im Mittelmeerraum vorkommenden Süßholzpflanzen gewonnen. Er wird seit über 4000 Jahren in der Medizin z.B. zum Behandeln von Magenbeschwerden und Erkältungskrankheiten verwendet. Die beim Stoffwechsel des

Glycyrrhizins freigesetzte Glycyrrhetinsäure hemmt ein Schlüsselenzym im hormonell gesteuerten Mineralstoffhaushalt. Bei ständigem Verzehr größerer Mengen von Glycyrrhizin kann es zu einer Veränderung des Mineralstoffwechsels mit Natriumanreicherungen und Kaliumverlusten kommen. Die Folge sind Erhöhung des Blutdrucks, Wassereinlagerungen im Gewebe (Ödeme) und Muskelschwäche. Ähnliche Symptome können bei süßholzwurzelhaltigen Arzneimitteln auftreten. Deshalb hat die zuständige Arzneimittelkommission oberhalb einer Tagesdosis von 100 mg Glycyrrhizin eine ähnliche Auffassung vertreten und die Angabe von Gegenanzeigen, Nebenwirkungen, Wechselwirkungen und eine Begrenzung der Anwendungsdauer vorgesehen. Das frühere Bundesgesundheitsamt (BGA) und die Senatskommission der Deutschen Forschungsgemeinschaft zur Beurteilung der gesundheitlichen Sicherheit von Lebensmitteln hatten vor einigen Jahren empfohlen, die Aufnahme von Glycyrrhizin auf unter 100 mg pro Tag je Konsument zu beschränken. Verzehrshinweise auf der Verpackung sollten dem Verbraucher die Einhaltung dieses Wertes ermöglichen. Auch der Wissenschaftliche Lebensmittelausschuß der Europäischen Union hat im Oktober 1991 nicht zuletzt auf Basis eines umfangreichen Arbeitspapiers aus dem BGA Glycyrrhizin in Lakritzwaren bewertet und kam zu gleicher Einschätzung. Es wurde darüber hinaus vorgeschlagen, im Rahmen der Aromen-Richtlinie der Europäischen Union Grenzwerte für Glycyrrhizin in Lebensmitteln festzulegen. Diese Empfehlung ist jedoch noch nicht umgesetzt worden. (BgVV 1999).

### **Pflanzen mit bekannter Toxizität (meist Lebertoxizität)**

**Angabe in: englischer Name (Lateinischer Name):**

Alkanna (Alkanna tinctoria) \* Borage (Borago officinalis) \* Chaparral (Larrea tridentata)\* Colt's Foot (Tussilago farfara)\* Comfrey (Symphytum officinale and S. uplandicum)\* Dong Quai (Angelica polymorpha) Dusty Miller (Senecio cineraria) Ephedra aka Ma Huang (Ephedra Sinica) Forget–Me–Not (Myosotis arvensis)\* Germander (Teucrium chamaedrys)\* Groundsel (Senecio vulgaris)\* Hemp Agrimony (Eupatorium cannabinum)\* Hops (Humulus lupulus) Jin Bu Huan (Lycopodium serratum) Life Root (Senecio aureus and S.nemorensis)\* Mistletoe (Phoradendron leucarpum and viscum album) Mormon Tea (Ephedra nevadensis) Pennyroyal (Mentha pulegium)\* Petasites (Petasites hybridus) \* Pokeroot (Phytolacca americana) Ragwort (Senecio jacoboea)\* Rue (Ruta graveolens) Sassafrass (Sassafrass albidum) Skullcap (Scutellaria lateriflora)\* Yohimbe (Pausinystalia yohimbe) \*Signifies Potential Hepatotoxicity

### **Pflanzen, die in hohen Dosen giftig sind: (aber evt. auch bei niedrigen Dosen!)**

Alpine Cranberry (Preiselbeere, Vaccinium vitis-idaea) Cayenne (Capsicum annum) Mercury Herb (Einjähriges Bingelkraut, Mercurialis annua) Schisandra (Schisandra chinensis) Sweet Clover (Echter Steinklee, Melilotus officinalis) Tonka Beans (Dipteryx odorata) Trailing Arbutus (Epigae repens) Witch Hazel (Plantane spec., Hamamelis virginiana) Woodruff (Waldmeister, Galium oderata) Uva Ursi (Uva Ursi scostaphylos)

### **Pflanzen, die vermutlich ungiftig sind:**

Artichoke (Artischocke, Cynara scolymus) California Poppy (Eschscholtzia californica) Chamomile (Kamille, Matricaria chamomilla) Dandelion (Löwenzahn, Taraxacum officinale) Licorice (Süßholz, Glycyrrhiza glabra, nicht zur längeren Anwendung, Vorsicht bei hohem Blutdruck !) Maitake (Grifloa frondosa) Milk Thistle (Mariendistel, Silybum marianum) Peppermint (Pfeferminze, Mentha piperita) Rosemary (Rosmarin, Rosmarinus officinalis) Soybean (Sojabohne, Glycine soja)

### **Quellen zur alternativen Medizin**

Natürlich gibt es noch viele Sites im Internet zu diesem Thema. Angegeben sind hier Sites, die sich mit diesem Thema eher kritisch – wissenschaftlich befassen.

[Gesellschaft für Phytotherapie e.V.](http://www.phytotherapy.org/) <http://www.phytotherapy.org/>

[Planta Medica](http://www.thieme.de/plantamedica) <http://www.thieme.de/plantamedica>

[Bad Heilbrunner Selbstmedikationsdatenbank](http://tee.org/) <http://tee.org/>

[HealthLink](http://www.healthlink.com.au) <http://www.healthlink.com.au>

[Kleines Arzneipflanzenlexikon](http://pharm1.pharmazie.uni-greifswald.de/systematik/1_ti_reg/titel1.htm) [http://pharm1.pharmazie.uni-greifswald.de/systematik/1\\_ti\\_reg/titel1.htm](http://pharm1.pharmazie.uni-greifswald.de/systematik/1_ti_reg/titel1.htm)

[ARS Phytochemical and Ethnobotanical Databases](http://www.ars-grin.gov/duke) <http://www.ars-grin.gov/duke>

[Apothekergärten](http://www.apothekergarten.de) <http://www.apothekergarten.de>

[American Herbal Products Association](http://www.ahpa.org) – [www.ahpa.org](http://www.ahpa.org); englisch

[ConsumerLab.com](http://www.consumerlab.com) – [www.consumerlab.com](http://www.consumerlab.com); englisch

[HerbMed](http://www.herbmed.org) – [www.herbmed.org](http://www.herbmed.org); englisch

[The United States Pharmacopeia](http://www.usp.org) – [www.usp.org](http://www.usp.org); englisch

Mit dem Thema "alternative Medizin" befassen sich auch unter anderem viele Gesundheitsportale im Internet. Bei [Medizin und Internet](http://www.hepatitiscare.de/miz) (<http://www.hepatitiscare.de/miz>) finden Sie eine Auswahl der [Portale zum Thema Gesundheit](http://www.hepatitiscare.de/miz/frportale.htm). (<http://www.hepatitiscare.de/miz/frportale.htm>)

[Ein Service von www.hepatitiscare.de](http://www.hepatitiscare.de)