

Wenn Ingwer gefährlich wird...

Nicht jedes Nahrungsmittel verträgt sich mit Medikamenten

Muss die Tablette auf nüchternen Magen oder nach dem Essen genommen werden? Ist Saft zum Hinunterspülen geeignet? Und vertragen sich immer alle Speisen mit allen Medikamenten? Fragen wie diese beschäftigen viele Menschen, nachdem ihnen der Arzt ein Medikament verschrieben hat. Das Nachhaken ist berechtigt, denn mitunter entscheidet der Zeitpunkt der Einnahme oder die Kombination mit bestimmten Getränken oder Nahrungsmitteln, ob die Arznei die gewünschte Wirkung entfalten kann.

Der Körper kann manche Medikamente im Zusammenhang mit einer Mahlzeit nicht verarbeiten. Andere Wirkstoffe entfalten sich hingegen am besten, wenn der Magen-Darm-Trakt vor der Einnahme bereits stimuliert wurde. „Man sollte den Arzt oder Apotheker immer fragen, auf welche Besonderheiten zu achten ist“, rät Prof. Dr. med. Petra Thürmann, Direktorin des Philipp-Klee-Instituts für klinische Pharmakologie am Helios Universitätsklinikum Wuppertal. Wann ein Medikament im Idealfall genommen werden sollte, bestimmt der Wirkstoff oder die Beschaffenheit der Tablette oder Kapsel. „Wird das Medikament in Tropfenform verabreicht, ist der Zeitpunkt der Einnahme meist egal“, sagt die Leiterin des Philipp-Klee-Instituts.

Bei vielen Antibiotika ist es wichtig, darauf zu achten, ob sie nüchtern oder mit bzw. nach dem Essen eingenommen werden sollen. Auch bei Mitteln gegen Osteoporose kommt es auf Genauigkeit an. Die Einnahme sollte eine halbe Stunde vor der Mahlzeit mit viel Wasser erfolgen. Der Wirkstoff ist in chemischer Hinsicht so komplex, dass der Körper sonst Schwierigkeiten mit der Aufnahme hat. Es handelt sich um Phosphorverbindungen, die normalerweise in den Knochen – nicht aber im Magen – vorkommen. „Für den Verdauungstrakt ist die Verarbeitung in etwa so schwierig als ob Sie Zement schlucken“, sagt die Pharmakologin. Viele Menschen, meist Frauen, nehmen Schilddrüsenhormone ein: Das Schilddrüsenmedikament L-Thyroxin

(Levothyroxin) muss etwa 30 Minuten vor dem Frühstück eingenommen werden, sonst wirkt es nicht. Bei Schmerzmitteln mit dem Wirkstoff ASS bietet sich hingegen eine Einnahme nach dem Essen an. Grund: Die Acetylsalicylsäure reizt den Magen.

Obstsäfte, Cola oder Heißgetränke eignen sich nicht für die Einnahme von Tabletten. „Generell sollten Medikamente mit Wasser eingenommen werden. Sonst besteht die Gefahr, dass sich die Pillen schon im Mund – und damit zu früh – auflösen.“ Orangen- oder Grapefruitsaft können in Kombination mit Medikamenten sogar gefährlich sein. „In diesen Säften befinden sich natürliche Inhaltsstoffe, die den Abbau der Medikamente in der Leber beeinträchtigen“, sagt die Wuppertaler Pharmakologin. Die Folge: Der sogenannte Wirkspiegel steigt und es kann zu einer Überdosierung kommen. Dieses Phänomen wurde insbesondere im Zusammenhang mit Blutdruck senkenden Kalziumkanalblockern, mit dem Asthma-Wirkstoff Theophyllin sowie mit dem Immunsuppressivum Ciclosporin beobachtet.

Darüber hinaus kann es bei pflanzlichen Medikamenten, wie zum Beispiel Johanneskraut, Ginkgo biloba oder Ingwer zu Wechselwirkungen mit anderen Arzneien kommen. Präparate aus Johanniskraut sollten nicht mit Arzneimitteln zur Hemmung der Blutgerinnung, blutdrucksenkenden Mitteln, Cholesterinsenkern, Antidepressiva oder anderen Psychopharmaka, Herzmitteln wie Digoxin oder Schmerzmitteln eingenommen werden. Johanniskraut schwächt die Wirkung der Pille (sog. Estrogen- und Gestagen-haltige Verhütungsmittel) ab. Es kann nicht nur zu Durchbruchblutungen, sondern auch zur Schwangerschaft kommen. Bei Ingwer und Ginkgo gehen Forscher davon aus, dass sie die Blutgerinnung beeinflussen. Die Kombination von Ingwer oder Ginkgo und blutgerinnungshemmenden Medikamenten sollte daher ebenfalls vermieden werden.

Fünf Tipps auf einen Blick:

1. Antibiotika aus der Gruppe der Tetracycline sollten nie mit Milchprodukten eingenommen werden. Das Kalzium kann dazu führen, dass der Wirkstoff vom Körper nicht aufgenommen wird.

2. Vorsicht bei pflanzlichen Arzneien (Johanniskraut, Ginkgo, Ingwer): Sie können die Wirkung von Blutverdünnern aufheben oder in manchen Fällen auch verstärken.
3. Eine größere Menge Grapefruitsaft (ab 0,5 Liter) kann bei verschiedensten Medikamenten zu Wechselwirkungen führen. Ciclosporin wird in seiner Wirkung zum Beispiel so gesteigert, dass es zu Nierenschäden führen kann.
4. Lakritz in zu großen Mengen kann die Wirkung von Blutdrucksenkern aufheben.

Die Muntermacher Tee, Kaffee und Cola sind beliebt – können jedoch bei der gleichzeitigen Einnahme mancher Antibiotika (z. B. Fluorchinolone) zu Unruhe und Herzrasen führen.

Hier geht's zum Helios Pressebereich:

www.helios-gesundheit.de/presse

Helios ist Europas führender privater Krankenhausbetreiber mit insgesamt rund 125.000 Mitarbeitenden. Zum Unternehmen gehören unter dem Dach der Holding Helios Health die Helios Kliniken in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien und Lateinamerika und die Eugin-Gruppe mit einem globalen Netzwerk von Reproduktionskliniken. Mehr als 22 Millionen Patient:innen entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2021 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von rund 10,9 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über 87 Kliniken, rund 130 Medizinische Versorgungszentren (MVZ), sechs Präventionszentren und 17 arbeitsmedizinische Zentren. Jährlich werden in Deutschland rund 5,4 Millionen Patient:innen behandelt, davon 4,4 Millionen ambulant. Helios beschäftigt in Deutschland mehr als 75.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2021 einen Umsatz von 6,7 Milliarden Euro. Helios ist Partner des Kliniknetzwerks „Wir für Gesundheit“. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 56 Kliniken, davon sieben in Lateinamerika, 88 ambulante Gesundheitszentren sowie rund 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 17 Millionen Patient:innen behandelt, davon 16,1 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt mehr als 46.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2021 einen Umsatz von 4 Milliarden Euro.

Das Netzwerk der Eugin-Gruppe umfasst 33 Kliniken und 39 weitere Standorte in zehn Ländern auf drei Kontinenten. Mit rund 1.600 Beschäftigten bietet das Unternehmen ein breites Spektrum modernster Dienstleistungen auf dem Gebiet der Reproduktionsmedizin an und erwirtschaftete 2021 einen Umsatz von 133 Millionen Euro.

Helios gehört zum Gesundheitskonzern Fresenius.

Pressekontakt:

Janine von Heyking
Leiterin Unternehmenskommunikation
Helios Universitätsklinikum Wuppertal

Telefon: 0202 / 896 2075

E-Mail: Janine.vonHeyking@helios-gesundheit.de

—

—

