


# Wechselwirkungen im Blick

Frei verkäufliche Arzneimittel bieten viele Vorteile – sind aber nicht automatisch harmlos:

Einige Substanzen können die Wirkung von HIV-Medikamenten beeinflussen.



Husten, Schnupfen, Magen-Darm-Probleme und Kopf- oder Muskelschmerzen gehören zu den typischen Beschwerden, denen zahlreiche Menschen mit frei verkäuflichen Arzneien zu Leibe rücken. Auch viele HIV-Infizierte sind interessiert, eigenverantwortlich etwas für Wohlbefinden und Gesundheit zu tun: Befragungen zeigen, dass mehr als jeder Zweite zusätzlich zur HIV-Therapie frei verkäufliche Medikamente einnimmt.

Ihr Weg führt sie in die Apotheke, wo es zahlreiche Arzneimittel rezeptfrei zu kaufen gibt. „OTC-Produkte“

heißen sie im Fachjargon, abgeleitet vom englischen „over the counter“ für „über den Ladentisch“. Des Weiteren bietet der Handel frei verkäufliche Mittel, die außer in der Apotheke zum Beispiel auch in Drogerien oder Re-

formhäusern erhältlich sind. All diese Präparate unterliegen der Kontrolle des Bundesamtes für Arzneimittelsicherheit und müssen zugelassen werden. Schließlich gibt es Nahrungsergänzungsmittel, zu denen auch viele Vitaminpräparate zählen. Sie gelten nicht als Arzneimittel, unterliegen daher auch keiner Registrierungs- oder Zulassungspflicht, sondern werden wie Lebensmittel überwacht.

Der große Markt der OTC-Produkte bietet viele Vorteile. Richtig genutzt, leisten sie gute Dienste bei leichten Beschwerden, mit denen der Patient Erfahrung hat und die er sicher einordnen kann, etwa bei einem harmlosen grippalen Infekt. Das heißt allerdings nicht, dass diese Arzneimittel generell bedenkenlos sind. „Alles, was wirkt, kann auch Nebenwirkungen haben oder mit anderen Mitteln interagieren“, betont Leonie Meemken vom ifi – Institut für Infektiologie und Immunologie der Asklepios-

Klinik St. Georg in Hamburg. „Wie bei verschreibungspflichtigen Medikamenten beruht auch die Wirkung von Naturheilmitteln und frei verkäuflichen Arzneien auf chemischen oder physikalischen Prozessen. Nimmt jemand mehrere Substanzen zusammen ein, kann es somit passieren, dass eine oder auch mehrere Mittel nicht mehr ausreichend wirken oder Nebenwirkungen sich verstärken.“

## Wichtiger Wirkstoffspiegel



Hinsichtlich der HIV-Therapie können „harmlose“ rezeptfreie Mittel sogar gravierende Folgen haben – und zwar dann, wenn sie den Wirkstoffspiegel der HIV-Medikamente beeinflussen. Ein prägnantes Beispiel ist das pflanzliche Mittel Johanniskraut, das oft als Stimmungsaufheller genutzt wird. „Johanniskraut beschleunigt die Arbeit von Enzymen, die für den Abbau bestimmter Arznei-



wirkstoffe zuständig sind“, erläutert die Pharmazeutin Leonie Meemken. „Auch HIV-Medikamente werden dann schneller abgebaut. Das bedeutet: Ihr Wirkstoffspiegel sinkt und das Virus kann sich vermehren und Resistenzen bilden. Andere Mittel wiederum hemmen oder verlangsamen den Abbau der HIV-Präparate. Dem Körper steht nun zu viel Wirkstoff zur Verfügung, was zu verstärkten, teilweise extremen Nebenwirkungen führen kann.“

Um unerwünschte Wirkungen zu vermeiden, ist zum einen die Lektüre des Beipackzettels Pflicht. Er liefert wichtige Hinweise über ein Präparat und seine Anwendung. „HIV-Patienten müssen zum Beispiel bei Mitteln gegen Sodbrennen vorsichtig sein“, weiß Leonie Meemken vom Zentrum für Infektiologie und Immunologie. „Sie reduzieren den Säuregehalt im Magen so weit, dass HIV-Medikamente nicht ausreichend gelöst und von Trans-

portermolekülen ins Blut geschleust werden können. Der Ausweg: Wer etwas gegen Sodbrennen schluckt, nimmt die HIV-Medikamente ausreichend zeitversetzt ein.“ Zum anderen ist es ratsam, sich mit seinem Arzt zu besprechen und in der Apotheke nachzufragen. Wer OTC-Produkte entsprechend informiert und verantwortungsvoll einsetzt, muss dann auf ihre Vorteile nicht verzichten.

### **Achtung, Wechselwirkung!**

- ▶ Mittel für Magen und Darm können die Wirkstoffaufnahme der HIV-Medikamente verhindern oder beschleunigen.
- ▶ Konzentrierte Knoblauchpräparate setzen möglicherweise den Spiegel der Proteasehemmer im Blut herab.
- ▶ Hoch dosierte Ginseng-Produkte können womöglich den Wirkstoffspiegel der HIV-Präparate senken.
- ▶ Immunstimulierende Substanzen stehen in Verdacht, ruhende, infizierte Zellen zu aktivieren.
- ▶ Auch Vitamine und Mineralien können den Wirkstoffspiegel beeinflussen – Vorsicht ist angezeigt bei hoch dosierten Spezialmischungen. Unbedenkliche Dosen (in mg): Betacarotin bis 20, Vitamin C bis 1000, Zink bis 15, Vitamin E bis 300, Selen bis 0,7.
- ▶ Aufgepasst bei Kombinationspräparaten: Rezeptfreie Schlafmittel oder Mittel zur Menopause können zum Beispiel Johanniskraut enthalten. Mögliche Alternativen zu Johanniskraut: Fischölkapseln oder Schüsslersalz Nr. 5.

### **OTC-Produkte sicher einnehmen**

- ▶ Herstellerangaben beachten
- ▶ Höchstdosierungen einhalten
- ▶ bei akuten Problemen und nicht häufiger als zehn Tage im Monat einnehmen
- ▶ zu Schmerz- und Magenmitteln maximal drei Tage hintereinander greifen, bei geringer Thrombozytenzahl Aspirin vermeiden
- ▶ im Zweifelsfall ärztlichen Rat einholen

### **Fragen Sie nach!**

Das ifi – Institut für Infektiologie und Immunologie bietet für Fragen zum Thema Wechselwirkungen eine Hotline: Telefon 01 60 / 902 44 100  
E-Mail: [meemken@ifi-infektiologie.de](mailto:meemken@ifi-infektiologie.de)