



---

## **Pflanzliche Mittel: Wechselwirkungen beachten**

Nicht nur Milch und Grapefruitsaft können die Wirkung von Medikamenten beeinflussen, sondern auch pflanzliche Arzneimittel. Bei welchen Sie aufpassen sollten

Pflanzliche Mittel sind völlig harmlos, meinen viele Menschen. Deshalb setzen sie oft auf Heilkräuter, um damit so manche Beschwerden wieder loszuwerden. Die meisten pflanzlichen Arzneien können – richtig eingesetzt – tatsächlich oft eine milde Alternative zu synthetisch hergestellten Medikamenten sein und haben kaum Nebenwirkungen.

Doch manche Kräuter können im Körper die Wirkung anderer Arzneimittel beeinflussen – sogenannte Wechselwirkungen mit ihnen eingehen. Lassen Sie sich deshalb in der Apotheke beraten, was Sie bei der Einnahme beachten sollten. Im Folgenden stellen wir einige Heilpflanzen vor, bei denen es zu Interaktionen mit chemischen Wirkstoffen kommen kann. Dies ist jedoch nur eine Auswahl.

### **Johanniskraut und „die Pille“**

Die Heilpflanze kann bei leichten depressiven Verstimmungen helfen. Sie aktiviert aber auch bestimmte Enzymsysteme in Leber und Darm, über die viele Stoffe – darunter zahlreiche Arzneimittel – abgebaut werden. Die Abbauprodukte scheidet der Körper wieder aus. Auf diese Weise kann Johanniskraut die Wirksamkeit von Cholesterinsenkern wie Simvastatin, Verhütungsmitteln oder auch dem Asthma-Mittel Theophyllin abschwächen.

### **Ginkgo und blutverdünnende Mittel**

Ginkgo-Präparate sollen bei Durchblutungsstörungen und Gedächtnisproblemen helfen. Das Kraut beeinflusst daneben auch die Fließeigenschaften des Blutes. Das kann im Zusammenspiel mit der Einnahme gerinnungshemmender Medikamente möglicherweise die Blutungsneigung erhöhen. Allerdings ist noch nicht geklärt, wie intensiv dieser Effekt ist. Nehmen Sie jedoch Blutverdünner wie Phenprocoumon oder Acetylsalicylsäure ein, sollten Sie die Einnahme von Ginkgo vorher mit dem Arzt abklären.

### **Thymian und Dextromethorphan**

Schleimlösende Kräuter wie Thymian, Primel oder Efeu zählen zu den Anti-Husten-Klassikern. Sie lösen zähes Sekret aus den Atemwegen und erleichtern so das Abhusten. Vermeiden Sie es aber, den pflanzlichen Hustenlöser direkt mit einem Hustenreiz-lindernden Mittel wie Dextromethorphan zu kombinieren. Denn das eine Medikament hat eine gegenteilige Wirkung wie das andere. Wenden Sie dagegen morgens den Hustenlöser und abends den Hustenstiller an, spricht meistens nichts gegen eine Kombi.

### **Sennesblätter und Digitoxin**

Sennesblätter dienen als Abführmittel. Sie greifen jedoch – vor allem bei zu häufigem Gebrauch hoher Dosen – in den Salz- und Flüssigkeitshaushalt des Körpers ein. Unter anderem geht dem Organismus verstärkt der Mineralstoff Kalium verloren. Dadurch kann der Arzneistoff Digitoxin, der bei Herzschwäche angewendet wird, stärker wirken und unerwünschte Effekte auslösen.

**Tip:** Nehmen Sie mehrere Medikamente gleichzeitig ein, dann klären Sie im Vorfeld mit dem Arzt

**und Apotheker ab, welche Mittel Sie kombinieren dürfen und wann es Probleme geben kann.**

Apothekerin Dr. Martina Melzer / [www.apotheken-umschau.de](http://www.apotheken-umschau.de) / Apotheken Umschau, 03.09.2015