

## PTA-FORUM

### Arthrotherapie

# Billig ist meist teuer

*Heribert Höbler, Haan*

**In den wärmeren Jahreszeiten stellen sich bei vielen Arthrose-Patienten die bekannten Beschwerden wieder ein. Manchmal schmerzen die Gelenke schon während einer längeren Wanderung oder beim Stadtbummel. Werden die Schmerzen unerträglich, suchen die Betroffenen nach Präparaten zur Linderung. Das Angebot in Drogeriemärkten, Reformhäusern und auch Apotheken ist für Laien kaum überschaubar. Wendet sich ein Arthrose-Patient an PTA und Apotheker, bietet sich die Chance für eine qualifizierte Beratung.**

Grundsätzlich gilt: Nur Bewegung hält das Gelenk »mobil«, wer rastet, der rostet. Dieses alte Sprichwort ist nicht umsonst so bekannt. Denn der für die Funktionsfähigkeit des Gelenkes wichtige Gelenkknorpel wird nicht über das Blut mit Nährstoffen versorgt, sondern der Nährstofftransport gelingt nur durch die Bewegung des Gelenkes. Diesen Zusammenhang sollte jeder Arthrose-Patient kennen. Also muss er sich bewegen, auch wenn es schmerzt. Andernfalls werden die Probleme immer heftiger und damit verstärkt sich leider auch die Arthrose.

Arthrose-Patienten sollten das schmerzende Gelenk immer mit so wenig Belastung wie möglich bewegen. Übergewichtige müssen ihr Gewicht normalisieren, um so die Gelenke zu schonen. Weitere Tipps erleichtern den Alltag der Patienten:

- Bei akuten Entzündungen und Schwellungen helfen Kälteanwendungen.
- Wenn das Gelenk nicht gerötet oder geschwollen ist, lindert Wärme wiederholt auftretende Schmerzen.

Zahlreiche Hersteller von Präparaten in Drogeriemärkten und im Lebensmittelhandel werben damit, ihre Produkte seien gut für die Gelenke. Die Mittel enthalten zum Beispiel Extrakte aus grünlippiger Muschel, Kollagenhydrolysat, Glucosamin und Chondroitin in den unterschiedlichsten Kombinationen und Mengen. Bei diesen Präparaten handelt es sich nicht um Arzneimittel, sondern um Nahrungsergänzungsmittel oder ergänzende bilanzierte Diäten. Die Produkte schaden zwar wahrscheinlich nicht, jedoch mussten die Hersteller nie die Wirksamkeit bei Arthrose nachweisen. Das fordert das Gesetz jedoch bei Arzneimitteln. Aufgrund der enthaltenen Mengen der einzelnen Inhaltsstoffe und der Kombinationen sind in den meisten Fällen keine Wirkungen zu erwarten, die über Placebo hinausgehen.

Manche Apotheken bieten in ihrer Freiwahl vergleichbare Präparate an. Meist ist die Qualität dieser Produkte besser. Doch solange diese Präparate keine Zulassung als Arzneimittel haben, wurde die Wirksamkeit ebenfalls nicht nachgewiesen. Auch wurde keines der Mittel auf unerwünschte Wirkungen geprüft. Das erweckt beim Käufer den Anschein, als hätten diese Präparate, im Gegensatz zu Arzneimitteln, keine unerwünschten Wirkungen und Wechselwirkungen. Diese fehlenden Angaben erschweren es enorm, ein solches Produkt einem Patienten mit mehreren Erkrankungen zu empfehlen.

Ein weiterer Nachteil der Nahrungsergänzungsmittel und bilanzierten Diäten ist zudem, dass die auf der Packung abgedruckten Inhaltsmengen nur vor der Herstellung des eigentlichen Produktes abgewogen werden. Das gleiche gilt für Lebensmittel. Im Einzelfall dürfen die tatsächlichen Mengen von den Packungsangaben abweichen. In der Konsequenz garantiert der Hersteller nicht hundertprozentig, dass die auf den Packungen von Nahrungsergänzungsmitteln und bilanzierten Diäten angegebenen Mengen sich auch in der Einzeldosierung befinden.

Im Unterschied dazu müssen Arzneimittelhersteller nach der Fertigung des Produktes durch umfangreiche Analysen beweisen, dass das Produkt auch tatsächlich die Wirkstoffmenge enthält, die auf der Packung vermerkt ist. Eine vernünftige Arzneimitteltherapie wäre ohne diese strenge Vorschrift gar nicht möglich.

Für den Patienten dürfte folgender Unterschied der wichtigste sein: Bevor ein Arzneimittel auf den Markt kommen darf, muss der Hersteller nachweisen, dass sein Produkt die behauptete Wirkung besitzt. Dazu sind große klinische Studien erforderlich. Nur wenn die eingereichten Unterlagen die Mitarbeiter der Zulassungsbehörde überzeugen, erhält ein Arzneimittel die Zulassung. Im Gespräch können PTA oder Apotheker dem Patienten verdeutlichen, dass trotz gleicher Inhaltsstoffe entscheidende Unterschiede zwischen Arzneimitteln und Nahrungsergänzungsmitteln beziehungsweise bilanzierten Diäten bestehen, siehe Kasten.

Auch die Verwendung unterschiedlicher Salze kann die Wirksamkeit und Verträglichkeit eines Präparats beeinflussen. Dasselbe gilt für den Einsatz verschiedener Füllstoffe und Hilfsstoffe. Manche Patienten haben beispielsweise den Eindruck, dass das Originalarzneimittel besser wirkt oder auch verträglicher ist als das Generikum. Noch größer sind sicherlich die Unterschiede zwischen Arzneimitteln und Nahrungsergänzungsmitteln.

Daher sollten PTA oder Apotheker Arthrose-Patienten ein Arzneimittel zur Therapie ihrer Beschwerden empfehlen. Die klassischen Schmerzmittel wie Diclofenac, Ibuprofen, Naproxen und auch Weidenrindenextrakte helfen gegen die akuten Schmerzen, gegebenenfalls einhergehend mit Schwellung und Entzündung des Gelenkes.

Zur langfristigen Behandlung bieten sich, insbesondere wegen der geringeren Nebenwirkungen, aber auch wegen des möglichen Knorpelerhaltes, Arzneimittel mit Glucosamin an. Studien konnten zeigen, dass täglich 1500 mg Glucosaminhemisulfat, mit Natriumchlorid stabilisiert, als langfristige Therapie der Arthrose eine Wirkung zeigt.

## Unterschiede zwischen Arzneimitteln und Nahrungsergänzungsmitteln

- die nachgewiesene Wirksamkeit
- die Reinheit der Inhaltsstoffe
- die Prüfung möglicher unerwünschter Wirkungen
- die Prüfung, in wie weit sich die Inhaltsstoffe untereinander beeinflussen, vor allem in Bezug auf die Wirksubstanzen
- die Prüfung, in wie weit sich das Präparat mit anderen Arzneimitteln und Nahrungsmitteln verträgt beziehungsweise wie weit es die Wirksamkeit anderer Arzneimittel beeinflusst

*E-Mail-Adresse des Verfassers:*

[hhoebler\(at\)jhelm.de](mailto:hhoebler(at)jhelm.de)

© 2008 GOVI-Verlag | Seiten-ID: <http://www.pta-forum.de/index.php?id=536> | E-Mail: [pta-forum@govi.de](mailto:pta-forum@govi.de)