

# Chancen der Kombination von Nährstoffen mit Arzneimitteln

Funktionelle Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmittel, sowohl allein als auch in Kombination mit Medikamenten, können „gesundheitliche Risikofaktoren reduzieren und das Risiko von Krankheit senken“, sagen Forscher an der Universität Utrecht Institut für Pharmazeutische Wissenschaften in den Niederlanden. Die Forscher betonten die guten Chancen, die funktionelle Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmittel (NEM) als „Add-Ons“ zur medikamentösen Therapie bieten könnten. Betont wurde z.B. der Nutzen der Kombination von Phytosterinen und Q10 mit Statinen für die Herz-Kreislauf-Gesundheit, Kalzium mit einer Hormonersatztherapie zur Minimierung der Osteoporose, oder Omega-3-Fettsäuren (DHA und EPA) und Q10 mit blutdrucksenkenden Medikamenten zur Senkung des Blutdrucks. „Personen, die solche Lebensmittel oder NEM konsequent nutzen, können oft die Dosis der benötigten Arzneimittel reduzieren, um Risikofaktoren kontrolliert zu senken“, schrieben die Forscher. „Nebenwirkungen von Medikamenten gehen oft mit höheren Dosen einher. Eine Senkung der Dosis der Medikamente kann folglich helfen, die durch Arzneimittel bedingten Nebenwirkungen zu reduzieren.“

Nach der Rinderwahn-Epidemie in den späten 1990er Jahren bekam die Lebensmittelsicherheit in Europa den Vorrang vor der Zulassung von diätetischen Zutaten und vor allem wurden gesundheitsbezogene Angaben von funktionellen Lebensmitteln und Getränken strikter geregelt. Vor diesem Hintergrund haben immer mehr europäische Forscher darauf hingewie-

sen, dass NEM mögliche schädliche Interaktionen auf die Wirkung von Medikamenten haben können. Doch dabei haben sie die viel größere Gefahr völlig übersehen, die von Medikamenten ausgeht, die eine abbauende und reduzierende Wirkung auf Nährstoffe im Körper haben. Dieser Trend gegen NEM ist nicht nur auf Europa beschränkt. Forscher in aller Welt neigen dazu, Lösungen für das Gesundheitswesen nur in Form von Arzneimitteln zu suchen, ohne diese kritisch zu hinterfragen und übersehen die Chancen die Nahrungsmittel und Nährstoffe den Menschen möglicherweise bieten könnten.

Functional Food und NEM können Chancen bieten, gesundheitliche Risikofaktoren und Krankheiten zu reduzieren, sowohl als Monotherapie als auch in Kombination mit verschreibungspflichtigen Medikamenten. Doch sollten auch die möglichen Einschränkungen dieser Produkte nicht übersehen werden. Die Vorbehalte liegen in erhöhten Risiken für Lebensmittel-Arzneimittel-Wechselwirkungen durch die erhöhten Mengen an spezifischen funktionalen Inhaltsstoffen in der Nahrung, und durch die Stimulation der Selbstmedikation möglicherweise verringerte Einhaltung der medikamentösen Therapie.

## Literatur

Eussen SR, Verhagen H, Klungel OH, Garssen J, van Loveren H, van Kranen HJ, Rompelberg CJ. Functional foods and dietary supplements: Products at the interface between pharma and nutrition. *Eur J Pharmacol.* 668 Suppl 1:S2-9 (2011)