



# TCM BLOG



Von Brigitte Linder

## Chinesische Kräuter und Pharmazeutika – mehr Sicherheit in der Arzneimitteltherapie

Viele unserer Patientinnen und Patienten nehmen täglich zahlreiche verschreibungspflichtige und auch rezeptfreie Medikamente ein.

Diese Situation ist für uns TCM-Praktizierende eine Herausforderung. Im Jahre 2017 nahmen 38% der Schweizer (die älter als 15 Jahre sind), jede Woche Medikamente ein. Laut *Frontiers in Pharmacology* nimmt diese Zahl jährlich zu.

## Zur Erinnerung hier einige Grundbegriffe der Pharmakologie

Die *Pharmakokinetik* untersucht die Wirkung von Arzneimitteln im Körper: von der Absorption, zur Verteilung, die Wirkung auf den Stoffwechsel bis hin zur Ausscheidung. Die *Pharmakodynamik* befasst sich mit der Wirkung von Arzneimitteln. In diesen Bereichen finden wir Details zum Wirkmechanismus, Arzneimittelkonzentration und -dosen. *Pharmakologische Wechselwirkungen* beschreiben die Mechanismen, mit denen das Arzneimittel das therapeutische Ziel erreicht, sowie die Rezeptoren, die von diesen Einwirkungen betroffen sind. Pharmazeutika werden unter kontrollierten, keimarmen oder sterilen Bedingungen hergestellt. In der Schweiz definiert Artikel 4 des [Heilmittelgesetzes](#) (HMG) Arzneimittel wie folgt:

- «Produkte chemischen oder biologischen Ursprungs, die zur medizinischen Einwirkung auf den menschlichen oder tierischen Organismus bestimmt sind oder angepriesen werden, insbesondere zur Erkennung, Verhütung oder Behandlung von Krankheiten, Verletzungen und Behinderungen; zu den Arzneimitteln gehören auch Blut und Blutprodukte.»

## Verabreichungswege von Arzneimitteln

<i>Route</i>	<i>Erläuterung</i>
Bukkal	An der Innenseite der Wange gehalten
Enteral	Mithilfe einer Sonde direkt in den Magen oder Darm verabreicht
Inhalierbar	Durch einen Schlauch oder eine Maske eingeatmet
Infundiert	Über eine Infusionsleitung in eine Vene injiziert und allmählich eingetropf
Intramuskulär	Mit einer Spritze in den Muskel injiziert
Intrathekal	In die Wirbelsäule injiziert
Intravenös	Injektionen in eine Vene oder in eine Infusionsleitung
Nasal	Durch Spray oder Pumpe in die Nase verabreicht
Ophthalmisch	Als Tropfen, Gel oder Salbe in das Auge verabreicht
Oral	Durch den Mund als Tablette, Kapsel, oder Flüssigkeit geschluckt
Otic	Tropfen direkt ins Ohr
Rektal	Durch das Rektum eingeführt
Subkutan	Direkt unter die Haut gespritzt
Sublingual	Unter der Zunge gehalten
Topikal	Auf die Haut aufgetragen
Transdermal	Verabreichung über ein Pflaster auf der Haut
Vaginal	Direkt in die Vagina eingeführt

Als TCM-Therapeuten in westlichen Ländern verschrieben wir unseren Patienten vornehmlich Pillen, Kapseln, Tabletten, Flüssigkeiten, Granulate, Rohkräuter oder Cremes. Die Verschreibung von Zäpfchen, oder die Injektion direkt in die Akupunkturpunkte ist eher

2

seltener. Somit können wir davon ausgehen, dass die Mehrheit der Verschreibungen von TCM-Therapeuten für orale Kräutermedizin stattfindet. Aus meiner Erfahrung in der Praxis, nehmen auch die meisten Patienten Pharmazeutika auf diesem Wege zu sich.

## Das Paradigma der chinesischen Kräutermedizin

Obwohl die meisten unseren Patienten Medizin auf die gleiche Art und Weise einnehmen, werden diese in erster Linie mit verschiedenen Medizinsystemen verschrieben. Wir erinnern uns daran, dass die erste Kompilation von Kräutern, während der östlichen Han Dynastie ca. 100 Jahre v. Chr. im *Shen Nong Ben Cao Jing* entstanden ist. Insgesamt wurden 365 Kräuter identifiziert und klassifiziert. Die erste Kategorie enthielt die «oberen» 120 Kräuter (z. B. Ren Shen und Huang Qi) welche täglich eingenommen werden konnten. Die folgende Kategorie (ebenfalls 120 Substanzen) war diejenige der «mittleren» Kräuter (z. B. Dang Gui und Bai Shao), die zur Vorbeugung von Krankheiten eingenommen werden und die restlichen 125 «unteren» Kräuter (z. B. Fu Zi und Ban Xia) galten als Mittel zur Behandlung von Krankheiten. Diese Substanzen sollten wegen ihrer Giftigkeit nur über kürzere Zeit eingenommen werden.

*Beispiel* - Chang Pu (Das erste Mittel der oberen Kategorie)

Rhizome of *Acorus gramineus*

Acrid flavour, warm, non-toxic

Treats wind-, cold/ and damp-related bi impediment and counterflow cough with ascent of qi; opens the apertures of the heart; supplements the five zang organs; unclogs the Nine Orifices; brightens the ears and eyes; and makes the sound of the voice come forth.

Consumed over a long time, it lightens the body, staves off forgetfulness and confusion, and extends the years.

Grows in ponds and marshes.

*Shen Nong Ben Cao Jing* (The Divine Farmer's classic of Materia Medica) Translated by Sabine Wilms, PhD

Im *Shen Nong Ben Cao Jing* werden Kräuter mit ihren thermischen Qualitäten und den fünf Geschmacksrichtungen aufgeführt. Dieses Buch dient mir persönlich bis heute zur Inspiration. Wieso? Weil es mich mit dem Ursprung unserer Medizin verbindet. Leider ist die andere Seite der Münze, dass unsere Medizin eine Sprache spricht und eine Philosophie innehat, die denjenigen die sich nicht damit auseinandersetzen als schwierig oder abstrakt erscheint. Bis heute wird in China die «Zusammenstellung» der *Materia Medica*

aufrechterhalten, um die Forschung in der TCM zu unterstützen. Aber in China sieht die Praxis der TCM anders aus als bei uns hier Australien oder in der Schweiz. In unseren Breitengraden handelt sich klar um zwei separate Systeme.

Im Gegensatz zu der Kategorisierung und Beschreibung der Kräuter sind Formeln die Kombination dieser Einzelsubstanzen. In der Regel sind Formeln nach Muster (der Krankheit) unterteilt. Klassische Formeln sind beliebt, weil sie schon seit mehreren Jahrhunderten angewendet werden und diese einen Synergieeffekt versprechen, vor allem wenn es um die Reduzierung von Giftigkeit geht. Aber Formeln balancieren viele einzelne Faktoren und sind typischerweise hierarchisch kombiniert.

Aber nur weil es sich bei «unseren» Kräutern um Produkte der der Natur handelt, heisst dies nicht, dass sie nicht giftig sein können oder miteinander interagieren können. Bestimmte Kräuter sind miteinander unvereinbar, einige haben antagonistische Wirkung und einige hemmen andere, wobei es auch zu einer Verstärkung der Wirkung kommen kann. Die chinesische Arzneimitteltherapie ist nicht nur komplex in der Verordnung von Formeln und Einzelsubstanzen, es handelt sich auch um ein Gebiet, das viel Wissen und Erfahrung fordert.

## Die offensichtlichen Unterschiede zwischen Pharmazeutika und Kräutern

Pharmazeutika werden synthetisch hergestellt, während Heilpflanzen in der TCM als Naturprodukt gelten. Die Qualität der Substanzen hängt von zahlreichen Faktoren ab (Boden, Region, Wetter, Erntemethoden, etc.) und folglich variieren auch die Zusammensetzungen, die «chemischen Verbindungen» dieser Pflanzen. Aber wie bereits weiter oben aufgeführt und diskutiert, als TCM-Praktiker sind wir nicht an den einzelnen Bestandteilen interessiert, jedoch sind wir auf die Gesamtwirkung einer Formel auf das Krankheitsmuster fokussiert. Oftmals bezwecken die Formeln, die wir verordnen, die Linderung mehrerer Symptome eines Musters. Es kann vorkommen, dass wir einzelne Kräuter zu einer Formel hinzufügen (Verstopfung, Schwindel, etc.) aber wir zielen immer darauf ab, den Organismus ganzheitlich zu unterstützen und «Harmonie» herzustellen, was der Patient als Wohlbefinden erfährt.

Ein Grund dafür, dass unsere Patienten viele Medikamente einnehmen ist, dass die Schulmedizin ihre «Heilmittel» so verordnet, dass jedes einzelnes ein isoliertes Symptom behandelt. Obwohl Medikamente bevor sie zum Einsatz bei Menschen kommen, über 15 Jahre «getestet» werden, sagt eigentlich nur beschränkt über den Umfang deren Wirkung aus. Ein gutes Beispiel dafür ist *Viagra*, das ursprünglich für den Einsatz von kardiovaskulären Problemen «entworfen» wurde und jetzt zum Einsatz von erektilen Dysfunktionen verkauft wird.

Aber wir sind uns dessen alle bewusst und ich wollte lediglich nochmals erwähnen, dass TCM und Schulmedizin grundsätzlich unterschiedliche Methoden zur Behandlung haben und es nicht einfach ist diese zu «vergleichen» oder zu vereinen. Dies ist ein weiterer Punkt, der es schwierig macht, Wechselwirkungen zwischen Chinesischen Kräutern, Medikamenten und Nahrungsergänzungsmitteln abzuschätzen, oder besser, zu vermeiden.

## Wie machen wir chinesische Arzneimitteltherapie sicher für unsere Patienten?

Das ist die grundsätzliche Frage für diesen Artikel. Wir wissen, dass die Wechselwirkung zwischen Kräutern und Pharmazeutika ein wichtiges und komplexes Thema ist da beide Medizinsysteme weltweit von Patienten genutzt werden. Es können Wechselwirkungen zwischen Kräutern und Medikamenten, aber ebenso zwischen einzelnen Pharmazeutika und zwischen individuellen Kräutern auftreten. Derartige Interaktionen zwischen verschiedenen Komponenten der Medizin, die der Patient einnimmt, ist leider sehr schwierig vorherzusagen.

- Pharmakokinetische und pharmakodynamische Interaktionen:  
Chinesische Kräuter können die Absorption, die Verteilung, den Stoffwechsel und die Ausscheidung von Pharmazeutika beeinflussen. Es kann ebenfalls sein, dass der Wirkmechanismus zu einem verstärkten oder einem abgeschwächten Ergebnis kommen kann.
- Enzyminduktion und Enzymhemmung:  
Chinesische Kräuter können Enzyme im Körper herleiten oder hemmen, was einen veränderten Medikamentenspiegel im Blut zur Folge hat und somit suboptimale Wirkung oder Nebenwirkungen verursachen.
- Wechselwirkungen zwischen Kräutern und Medikamenten:  
Es ist möglich, dass Kräuter mit blut-verdünnenden Eigenschaften mit gerinnungshemmenden Medikamenten reagieren, was zu einem höheren Blutungsrisiko führen kann.
- Wechselwirkungen zwischen Kräutern und Nahrungsergänzungsmitteln:  
Aufgrund von begrenzter Forschung ist es schwierig vorauszusehen, ob und wie diese Stoffe miteinander auskommen.

Wie man leicht erkennt, handelt es sich um eine komplexe Angelegenheit, weil Datenbanken, die bereits bestehen, beispielsweise nur Einzelsubstanzen beinhalten. Soweit ich weiß, gibt es keine zentrale Stelle, wo chinesische Formeln mit Nahrungsergänzungsmitteln oder Pharmazeutika verglichen, und Wechselwirkungen beschrieben werden. Ich habe einige Kollegen angefragt und die folgenden Quellen erhalten:

## 1. Centrum für Therapiesicherheit in der chinesischen Arzneitherapie

[www.ctca.center/de/](http://www.ctca.center/de/)

Wie mir geraten wurde, sollten hier auch Interaktionen rapportiert werden.

## 2. Memorial Sloan Kettering Cancer Centre

<https://www.mskcc.org/cancer-care/diagnosis-treatment/symptom-management/integrative-medicine/herbs/search?>

Hier existiert eine Datenbank, wo gewisse Arzneien abgefragt werden können.

Die Western Sydney University ([NICM](#)) hatte vor ein paar Jahren ein Projekt (Datenbank) angefangen, aber es konnte nicht weitergeführt werden, da die finanziellen Mittel ausgingen. Es wurde mir aber mitgeteilt, dass dieses Projekt im Laufe des nächsten Jahres neu aufgerollt wird. Diese Datenbank wird aber ebenfalls «nur» Einzelsubstanzen abdecken.

Ich selbst habe eine Faustregel in meiner Praxis und die sieht grundsätzlich wie folgt aus:

- Falls der Patient viele verschiedene Pharmazeutika einnimmt, werde ich keine Kräuter verschreiben. Es gibt meiner Ansicht nach, keine zuverlässigen Quellen, um mögliche Wechselwirkungen abzuschätzen. Der Patient kann immerhin von Akupunktur und Ernährungstherapie profitieren.
- Wenn der Patient viele Nahrungsergänzungsmittel einnimmt, vor allem wenn diese von einem anderen Heilpraktiker verschrieben wurde, werde ich keine Kräuter verschreiben und «nur» Akupunktur anbieten.
- Falls der Patient motiviert ist, eines oder mehrere Pharmazeutika abzusetzen, werde ich nur in dem Falle zustimmen, wo der behandelnde Arzt informiert ist, und regelmässige Blutanalysen machen kann. Normalerweise setze ich einen Zeitrahmen von drei bis sechs Monaten für solche Unterfangen.
- Wenn der Patient drei oder vier gängige Medikament einnimmt, werde ich Kräuter verordnen, nachdem ich mit der Person einen genauen Plan zur Einnahme der Kräuter ausgearbeitet habe. Alle chinesischen Arzneien müssen mindestes zwei Stunden vor oder nach den Pharmazeutika eingenommen werden. Zudem muss der Patient weiterhin regelmässige Blutuntersuchungen machen lassen.

Es ist leider nicht der Fall, dass es genaue Anleitungen zur Verwendung von chinesischer Arzneimitteltherapie in Kombination mit Pharmazeutika gibt. Es ist aber unsere Pflicht, unsere Patienten von Schaden zu schützen. Ich gebe nicht gerne zu, dass ich im Zweifelsfalle sehr vorsichtig mit dem Verschreiben von Kräutern bin, weil zu viele Faktoren ungewiss sind und Schaden anrichten könnten.

## Referenzen

<https://www.healthline.com/health/administration-of-medication#routes>

<https://academic.oup.com/qjmed/article/109/10/639/2440067?login=true>

<https://www.nccih.nih.gov/health/providers/digest/herb-drug-interactions>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9635910/>

<http://www.itmonline.org/safety.htm>

Sperber, G. (2007). *Integrated pharmacology: combining modern pharmacology with Chinese medicine*. Blue Poppy Enterprises, Inc.