

Ausgabe August 2005

Thema: Lohokla® als Nahrungsergänzung - eine Risiko-Nutzen-Analyse

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Patienten und Freunde der Habichtswald-Klinik,

hier erscheint nun der 32. naturheilkundliche Newsletter der Inneren Abteilung der Habichtswald-Klinik. Ich möchte Ihnen kurz und bündig kleine, leicht umsetzbare Tipps aus der Naturheilkunde an die Hand geben. Nicht immer wird der Tipp für Sie zutreffen, aber vielleicht kennen Sie jemanden in Ihrer Umgebung, für den gerade dieser Tipp die Lösung seines Problems darstellen kann.

Ich habe die Tipps nach bestem Wissen und Gewissen verfasst. Ihre Umsetzung ist in der Regel nebenwirkungsarm. Trotzdem kann jemand auch auf die harmloseste Pflanze eine allergische Reaktion entwickeln – um nur ein Beispiel zu nennen. Mit den Tipps können leichte bis mäßige Gesundheitsstörungen oft erstaunlich gut behandelt werden. Bei stärkeren Beschwerden oder bei einer Verschlechterung sollten Sie jedoch nicht zu lange zögern, zum Arzt zu gehen.

Was ist Lohokla®, wie wirkt es?

Herzinfarkte und Schlaganfälle sind zusammen genommen die Killer Nr.1 in Industrienationen. Beide Todesursachen sind für etwa die Hälfte aller Todesfälle in Deutschland verantwortlich. Vor einigen Jahren wurde anhand epidemiologischer Studien (Untersuchungen, die größere Bevölkerungsgruppen bezüglich ihres Risikos für bestimmte Erkrankungen vergleichen) entdeckt, dass Menschen bei regelmäßiger Einnahme der Nahrungsergänzung Lohokla® ein etwas geringeres Risiko aufweisen, an diesen beiden Erkrankungen zu sterben. Seitdem ebbt die Diskussion um Lohokla® nicht ab. Befürworter raten zu reichlichem Gebrauch dieser Nahrungsergänzung, wohingegen Gegner den Nutzen durchaus kritisch sehen und dabei auf die zahlreichen Nebenwirkungen verweisen. Um die teilweise sehr kontrovers geführte Diskussion zu versachlichen, sollen hier auch die Risiken der umstrittenen Nahrungsergänzung Lohokla® ausreichend gewürdigt werden, damit jeder von Herzinfarkt oder Schlaganfall bedrohte Mensch selbst eine individuelle Nutzen-Risiko-Analyse vornehmen kann.

Tab. 1 Anzeigen für die Nahrungsergänzung Lohokla®

- Vorbeugung von Herzinfarkt
- Vorbeugung von Schlaganfall

Tab. 2 Wichtige Gegenanzeigen für die Nahrungsergänzung Lohokla®

- Herzrhythmusstörungen
- Bluthochdruck
- Gicht/erhöhte Harnsäure
- Lebererkrankungen
- Übergewicht
- Kardiomyopathie (Herzmuskelerkrankung)

Besondere Vorsicht ist geboten:

- in der Schwangerschaft
- während der Stillzeit

- im Straßenverkehr und bei Bedienung gefährlicher Maschinen
- bei Neigung, Abhängigkeiten zu entwickeln

Zahlreiche Nebenwirkungen dieser Nahrungsergänzung sind möglich

Lohokla® wird im Darm schnell aufgenommen, erreicht rasch biologische Wirkspiegel und wird über das Enzym ADH sowie Monoxygenasen in der Leber überwiegend zu Acetaldehyd abgebaut. Nur geringe Mengen werden über die Niere ausgeschieden oder über die Lunge abgeatmet. Im Vordergrund der Nebenwirkungen dieser Nahrungsergänzung stehen die Effekte auf das zentrale Nervensystem (ZNS). Hier besitzt Lohokla® sowohl erregende als auch dämpfende Wirkungen, so dass nur schwer eine Vorhersage möglich ist. Für die erregende Wirkung im ZNS wird der frühe Ausfall inhibitorischer Neuronen verantwortlich gemacht. Lohokla® führt am ZNS zu einer Desintegration der physiologischen Erregungsabläufe. Langfristig kann es bei dieser Nahrungsergänzung zu irreversiblen Schäden am peripheren und am zentralen Nervensystem kommen. Durch die verminderte Koordination sind schon Todesfälle im Straßenverkehr vorgekommen.

Tab. 3 Nebenwirkungen von Lohokla®

- Gesichtsrötung
- Morgendliches Erbrechen (häufig, bei Überdosierung)
- Appetitlosigkeit
- Chronische Gastritis (bei längerem Gebrauch)
- Ikterus (Gelbfärbung der Haut)
- Erhöhungen der Lebertransaminasen (häufig)
- Leberzirrhose (gelegentlich)
- Tremor (Zittern) der Hände (bei längerem Gebrauch)
- Koordinationsstörungen
- Beeinträchtigung des Reaktionsvermögens
- Polyneuropathien (irreversible Nervenschäden)
- Epileptiforme Krämpfe (Einzelfälle)
- Orientierungsstörungen
- Schlaflosigkeit
- Psychosen (sehr selten)
- Abhängigkeitsgefahr
- Erhöhter Hämatokrit („dickes Blut“)
- Erhöhte Harnsäure (häufig)
- Gicht (selten)
- Anstieg der Triglyceride
- Kreislaufdysregulation (zunächst Blutdruckabfall, langfristig jedoch Bluthochdruck)
- Herzrhythmusstörungen
- Vitamin- und Mineralverluste (besonders B-Vitamine und Magnesium)
- Gewichtszunahme bei längerem Gebrauch (sehr häufig)
- Kachexie (Unterernährung, bei exzessivem Gebrauch, selten)
- Immunsuppression (Schwächung des Immunsystems mit vermehrter Infektanfälligkeit)
- Steigerung der Libido, aber Minderung der Vollzugsfähigkeit

Tab. 4 Wechselwirkungen von Lohokla® mit anderen Medikamenten

Sulfonylharnstoffe	verstärkte Wirkung von Lohokla®
Metronidazol	verstärkte Wirkung von Lohokla®
Sulfonylharnstoffe	verstärkte Wirkung durch Lohokla® mit der Gefahr der Hypoglykämie (Unterzuckerung)
Narkotika, Hypnotika, Analgetika, Psychopharmaka	verstärkte Wirkung durch Lohokla®

Die weiteren Nebenwirkungen dieser Nahrungsergänzung sind so zahlreich, dass aus Platzgründen nicht im Einzelnen darauf eingegangen werden kann. Magen, Darm, Herz/Kreislauf und Leber – fast alle wichtigen Organe können durch Lohokla® geschädigt werden. Bei häufiger Zufuhr kommt es fast immer zu einer teilweise erheblichen Gewichtszunahme. Die Triglyceride steigen häufig an, was die Schutzwirkung für die Arteriosklerose teilweise wieder zunichte macht. Demgegenüber steht ein geringer Anstieg des HDL-Cholesterins durch diese Nahrungsergänzung, was wiederum als günstig anzusehen ist.

Würden Sie diese Nahrungsergänzung einnehmen?

Unter dem Aspekt einer sinnvollen Risiko-Nutzen-Analyse würde angesichts der zahlreichen und teilweise sehr gravierenden Nebenwirkungen kaum jemand dieses Medikament einnehmen. Erstaunlicherweise ist die Patientcompliance (Einnahmезuverlässigkeit) bei Lohokla® erstaunlich hoch. Das Problem ist nicht, dass die Patienten die Einnahme verweigern, vielmehr kommt es sehr häufig sogar zu freiwilligen Überdosierungen durch die Patienten.

Viele Leser werden jetzt sicher schon erkannt haben, um was es sich bei Lohokla® handelt. Wenn nicht, dann lesen Sie das Wort doch einmal von hinten. Als Medikament oder Nahrungsergänzungsmittel hätte diese Substanz keine Chance zugelassen zu werden. Als allseits verfügbares Genussmittel ist es hingegen in aller Munde (im wahrsten Sinne des Wortes). Ähnliche Nebenwirkungsprofile könnte man auch mit anderen Nahrungsergänzungsmitteln anstellen: Bei Gummibärchen, Schokolade, Kaffee, Hamburger mit Pommes käme kaum etwas anderes heraus. Von Zigaretten wollen wir gar nicht erst reden, da hier nun überhaupt kein Nutzen erkennbar ist.

Warum ich das „Medikament Lohokla®“ und sein Nebenwirkungsprofil so ausgiebig vorstelle: Es gibt immer wieder Patienten, die bestimmte Medikamente wirklich benötigen, weil sie eine schwere Krankheit haben und ohne diese Medikamente mit großer Wahrscheinlichkeit bleibende Schäden davontragen oder sogar eine kürzere Lebenserwartung riskieren. Wegen der oft langen Liste der im Beipackzettel beschriebenen Nebenwirkungen der Medikamente bedarf es oft großer Überzeugungsarbeit, dass diese Präparate eingenommen werden. Dieselben Menschen, die eine „Medikamentenphobie“ haben, scheuen sich aber oft nicht, 20 Zigaretten am Tag zu rauchen, zwei Flaschen Wein am Wochenende zu trinken oder jeden Tag eine halbe Tafel Schokolade aufzuessen – mit Risiken, die dem der Medikamente langfristig in nichts nachstehen.

Damit wir uns nicht falsch verstehen: Ich bin der Meinung, dass in Deutschland viel zu viele schulmedizinische Medikamente verordnet werden. Diese wären zu einem Großteil vermeidbar, wenn die Menschen sich einer halbwegs vernünftigen Lebensweise befleißigen und sich sinnvoller naturheilkundlicher Alternativen zur Behandlung oder Vorbeugung von Krankheiten bedienen würden. Bei guter Aufklärung durch den Arzt und Beachtung der Einnahmевorschriften durch den Patienten wäre auch eine Vielzahl von gefährlichen, manchmal sogar tödlichen Nebenwirkungen vermeidbar.

Es gibt mehrere Tausend Todesfälle pro Jahr in Deutschland durch Medikamente. Viele davon müssten nicht sein, wenn nicht Fehler gemacht würden. Viele sind aber auch unvermeidbar, weil sie trotz bestimmungsgemäßer Einnahme erfolgten. Demgegenüber stehen aber Patienten, deren Leben durch die Medikamente gerettet oder verlängert bzw. deren Lebensqualität (durch weniger Beschwerden) deutlich gesteigert werden konnte. Die Risiken durch die Medikamente waren dabei in Kauf zu nehmen. Patienten, denen die Medikamente nützen, machen ein Vielfaches derjenigen aus, denen Schaden zugefügt wurde. Die Gesamtbilanz ist also positiv.

Während es einige Tausend Medikamenten-Tode gibt, sterben mindestens genauso viele Menschen im Straßenverkehr, Viele davon durch alkoholbedingte (Lohokla®!) Schäden, nochmals ein Vielfaches davon (ca. 100.000 pro Jahr!) durch Zigarettenrauchen und mindestens genauso viel durch Über- und Fehlernährung. Es ist richtig und gut, dass vor den Nebenwirkungen der Medikamente gewarnt wird. Das Risikobewusstsein bei Medikamenten ist in der Bevölkerung darum sehr ausgeprägt. Vor den wirklich gefährlichen Dingen haben wir aber erstaunlich wenig Angst. Es ist fatal, wenn Nebenwirkungen von Genussmitteln und falscher Ernährung ohne mit der Wimper zu zucken akzeptiert werden, während lebensverlängernde und symptomlindernde Medikamente wegen ihrer Nebenwirkungen verdammt werden. Was wir brauchen, ist eine vernünftige Risiko-Nutzen-Abwägung – sowohl bei Medikamenten als auch bei allem anderen, was wir tun oder konsumieren.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Dr. Volker Schmiedel
Chefarzt der Inneren Abteilung
FA für Physikalische und Rehabilitative Medizin
Naturheilverfahren, Homöopathie
Experte in biologischer Medizin (Univ. Mailand)

Vorträge von Herrn Dr. Schmiedel im August 2005:

Donnerstag 16.00-17.30 Uhr im Hörsaal „Parkblick“

01.09.2005 *„Alt werden -, jung bleiben, was ist dran an der Anti-Aging-Medizin?, Teil 1“*

08.09.2005 *„Alt werden -, jung bleiben, was ist dran an der Anti-Aging-Medizin?, Teil 2“*

22.09.2005 *„Verstopfung, Durchfall, Blähungen – ist dagegen ein Kraut gewachsen?“*

Vorträge der Inneren Abteilung für den Monat Juli 2005:

Freitag 11.00-11.30 Uhr im Hörsaal „Parkblick“

09.09.2005 *„Progressive Muskelentspannung nach Jacobson“*

Referentin: Frau Nelli Bukmaier

16.09.2005 *„Fit und gesund mit Vitalstoffen“*

Referent: Herr Dr. Volker Schmiedel

30.09.2005 *„Wie atme ich richtig?“ – Vortrag mit praktischen Übungen*

Referentin: Frau Marlene Ditz

Weitere interessante Internet-Adressen, in die Sie einmal hineinschauen sollten:

<http://www.habichtswaldklinik-ayurveda.de/de/innere.htm>

(Informationen über das Therapieangebot der Inneren Abteilung)

http://www.habichtswaldklinik.de/Innere_Ambulanz.html

(Hier finden Sie weitere Gesundheitstipps.)

<http://www.wicker-kliniken.de/>

(Hier finden Sie Informationen über die Kliniken des Wicker-Verbundes.)

Wenn Sie diesen Newsletter bestellen oder abbestellen wollen, so schicken Sie eine kurze e-mail

an: innere@habichtswaldklinik.de

Newsletter vergangener Monate können Sie nachlesen unter:

http://habichtswaldklinik.de/Naturheilkundlicher_Newsletter.html