

Antiadiposita (Schlankheitsmittel) und Vitalstoffe

Wechselwirkungen von Medikamenten und Mikronährstoffen und was man unbedingt darüber wissen sollte!

Viele Menschen nehmen Medikamente und viele Menschen nehmen Nahrungsergänzungsmittel, aber viele Menschen, die Medikamente nehmen wissen gar nicht, dass sie besser auch Nahrungsergänzungsmittel nehmen sollten. Und Einige, derer die Medikamente nehmen, sollten bestimmte Nahrungs-ergänzungsmittel besser nicht nehmen. Viele Medikamente und viele Krankheiten verbrauchen in großer Quantität spezifische Mikronährstoffe. Das führt dazu, dass sich mit der Zeit zu dem eigentlichen Leiden noch ein eigentlich vermeidbarer Kollateralschaden entsteht, der die Gesundheit zusätzlich beeinträchtigt.

Es ist leider viel zu wenig bekannt, dass und welche Interaktionen zwischen Medikamenten und Mikronährstoffen bestehen. Die durch einen Mangel an Mikronährstoffen auftretenden Symptome können erkannt werden und geben einen ersten Hinweis, welche Vitalstoffe man zum Ausgleich einnehmen sollte. Wir haben auf unseren Seiten zu den besonders häufig verschrieben Arzneimitteln die Interaktionen zu Vitalstoffen (Mikronährstoffen) zusammen gestellt. Wenn Sie Medikamente einnehmen, sollten Sie diese Liste für sich studieren.

Wir möchten Ihnen aber einen sehr dringenden Rat mit auf den Weg geben: Verwenden Sie diese Informationen nicht, um Ihre Medikation eigenhändig zu verändern. Nutzen Sie die Informationen, um mit dem Arzt oder Therapeuten Ihres Vertrauens Ihre besondere Situation zu besprechen. Wir geben Ihnen unten einen Literaturhinweis zu einem Buch von Uwe Gröber. Ihr Arzt wird Ihnen dankbar sein, wenn Sie ihn auf dieses Buch hinweisen.

Was sind Antiadiposita?

Antiadiposita werden auch als Anorektika, Appetitzügler, Schlankheitsmittel, Anti-obesity drugs bezeichnet.

Schlankheitsmittel (Antiadiposita) sind Arzneimittel zur Behandlung von Übergewicht und Fettleibigkeit. Mit den Arzneimitteln soll das Körpergewicht reduziert oder gehalten und assoziierte Gesundheitsrisiken vermindert werden. In der Schweiz ist derzeit nur noch ein Wirkstoff als eigentliches Antiadiposita registriert, der Lipasehemmer Orlistat. Viele Medikamente wie zum Beispiel die Schilddrüsenhormone oder neuere Antiepileptika sind antiadipös wirksam, aber nicht in dieser Indikation zugelassen. Sie werden teilweise Off-Label verschrieben oder missbraucht. Schliesslich sind unzählige alternative Mittel und Medizinprodukte im Handel.

Antiadiposita werden angewendet bei Übergewicht und bei Adipositas (Fettleibigkeit, Sie werden zusätzlich und häufig erst als Mittel der 2. Wahl zu nicht-medikamentösen Maßnahmen wie Bewegung und Sport, Diät, Chirurgie und Lebensstilveränderungen verschrieben.

Wirkungen von Antiadiposita

Antiadiposita unterscheiden sich in ihren Wirkungen. Sie hemmen den Appetit oder erhöhen die Sättigung, hemmen die Aufnahme von Nahrungsbestandteilen im Darm oder fördern deren Verwertung, erhöhen den Energieumsatz und abbauende Stoffwechselprozesse. Das ideale

Schlankheitsmittel würde einen schnellen, hohen und stabilen Gewichtsverlust ermöglichen und gleichzeitig sehr gut verträglich und bei allen Patientengruppen anwendbar sein. Ein solches Wundermittel ist derzeit leider noch nicht im Handel. Zahlreiche neue Wirkstoffe mit verschiedenen Ansätzen sind in klinischer Entwicklung. Es wäre wünschenswert, dass aus dieser Forschung ein Arzneimittel hervorgeht, das dem idealen Antiadiposium zumindest nahe kommt. Rimonabant (Acomplia), einer der ersten dieser Hoffnungsträger, wurde jedoch bereits wieder vom Markt zurückgezogen.

Zugelassener Wirkstoff: Lipasehemmer

Orlistat (Xenical®, Alli®) ist ein Wirkstoff aus der Gruppe der Lipasehemmer, der zur Behandlung von Übergewicht und Fettleibigkeit eingesetzt wird (BMI \geq 28). Es hemmt die Verdauung von Fetten im Darm, die nicht aufgenommen, sondern über den Stuhl ausgeschieden werden. Orlistat kann vor, während oder bis zu 1 Stunde nach dem Essen eingenommen werden. Die Mahlzeiten sollen nur einen geringen Fettanteil enthalten, ansonsten können unerwünschte Wirkungen wie Fettstühle, Durchfall und Bauchschmerzen auftreten. Über Einzelfälle von Lebererkrankungen während der Behandlung wurde berichtet.

Alternative Antiadiposita

Zahlreiche pflanzliche und andere alternativmedizinische Mittel sind als Arzneimittel, Medizinprodukte oder Nahrungsmittelergänzungen erhältlich. Die Wirksamkeit dieser Mittel ist in der Regel nicht zuverlässig nachgewiesen. Auch pflanzliche Mittel können zu unerwünschten Wirkungen führen, wie zum Beispiel Coffein, Tabak (Rauchen), Ephedra oder pflanzliche Abführmittel.

Nahrungsfasern und Ballaststoffe:

Konjakmehl (Konjacpflanze, Glucomannan), Redusure™, Guar (Guargalactomannan), Topinambur, Flohsamen, Indischer Flohsamen und Litramine sollen durch Quellung mit Wasser sättigend wirken und die Absorption von Fetten hemmen. Sie sollen mit ausreichend Wasser eingenommen werden.

Chitosan:

Chitosan ist ein β -1,4-Polymer aus D-Glucosamin und N-Acetyl-D-Glucosamin aus Krebstierpanzer, bindet Fette in der Nahrung und hemmt sie so an der Aufnahme in den Organismus.

Coffein und Coffeindrogen:

Kaffee, Schwarztee, Grüntee, Guarana, Mate fördern den Energieumsatz. Pflanzliche Sympathomimetika: Ephedra und sein Inhaltsstoff Ephedrin hemmen den Appetit und fördern die Thermogenese. Sie scheinen bedingt wirksam und können zu schweren unerwünschten Wirkungen führen (Herz-Kreislauf). Geläufig ist die Kombination mit Coffein.

Weitere:

PhaseLite, Pflanzliche Diuretika und Laxantien, Algen, Spirulina, Ginseng, Chrom, Hoodia-Kaktus, Garcinia cambogia, Lakritze, L-Carnitin, Löwenzahn, Johanniskraut, Vitamin B5, Apfelessig und Guggul. Guggul ist das Harz des Balsambaumes Commiphora mukul und wird in der ayurvedischen Medizin gegen Übergewicht eingesetzt.

Orlistat und fettlösliche Vitamine

Orlistat vermindert die Resorption fettlöslicher Vitamine.

Unter Therapie mit Orlistat sollte zur Kompensation der medikamentös bedingten Verluste ein Multivitaminpräparat mit fettlöslichen Vitaminen und Carotinoiden supplementiert werden.

Mindestens 2-stündiger Einnahmeabstand zwischen Orlistat und Vitaminpräparaten.

Bei langfristiger Anwendung den Vitamin D-Status überwachen.

Literaturhinweise

Diese Tabelle stammt aus dem Buch von Uwe Gröber mit dem Titel „Interaktionen, Arzneimittel und Mikronährstoffe“, ISDN 978-3-8047-2375-7, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH Stuttgart. Für eine Vertiefung der Informationen empfehlen wir den Kauf des Buches.

Der Text ist zum Teil verändert, bzw. ergänzt mit weiteren, uns vorliegenden Informationen.

Wichtiger Hinweis und Warnung

Sollten Sie bei der Durchsicht dieser Aufstellungen Beschreibungen finden, die auf ihre Situation passen, konsultieren Sie bitte ihren Hausarzt. Verändern Sie bitte nicht eigenständig ihre Medikation, die Folgen könnten dramatisch sein. Sprechen Sie die Supplementierung mit Mikronährstoffen mit ihrem Arzt / Therapeuten ab.