

# Gichtmittel 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 Nahrungsergänzungsmittel 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 Gichtmittel?

Sie werden auch bezeichnet als Mittel bei erhöhter Harnsäure oder Mittel gegen Gicht. Gichtmittel werden eingesetzt, um diese Schmerzen bei akuten Gichtanfällen zu lindern und neuen Gichtanfällen vorzubeugen.

Der akute Gichtanfall äußert sich vor allem durch heftige Gelenkschmerzen. Das entzündete Gelenk ist deutlich gerötet, geschwollen und erwärmt. Oft betroffen ist das Grundgelenk der Großzehe, aber auch jedes andere Gelenk kann bei einem Gichtanfall schmerzhaft anschwellen.

## Wirkstoffe in Gichtmitteln

- Allopurinol
- Allopurinol und Benzbromaron
- Benzbromaron
- Colchicin
- Febuxostat
- Phenylbutazon
- Probenecid

## **Wirkweise der Gichtmittel**

Gicht ist eine Stoffwechselerkrankung. Sie entsteht durch einen erhöhten Harnsäurespiegel im Blut (Hyperurikämie), der zu Ablagerungen von Harnsäurekristallen in den Gelenken führt. Diese Harnsäure-Ablagerungen rufen die beschriebenen Entzündungen der Gelenke hervor.

Gichtmittel wirken, indem sie die Harnsäurewerte senken. Dies geschieht auf zweierlei Weise: Entweder vermindern Gichtmittel die Bildung von Harnsäure, man nennt solche Mittel Urikostatika. Oder die Wirkstoffe vermehren die Ausscheidung von Harnsäure und man nennt sie dann Urikosurika. Dabei können Gichtmittel sowohl vorbeugend als auch bei akuten Gichtanfällen eingesetzt werden.

Die vorbeugende Behandlung mit Gichtmitteln soll langfristig die überhöhten Harnsäurewerte senken. Dies ist wichtig, da es ab einer bestimmten Harnsäurekonzentration immer wahrscheinlicher wird, dass akute Gichtanfälle auftreten. Der angestrebte Harnsäurewert liegt bei 5,5 bis 7 Milligramm pro Deziliter Blut.

Verfügbare Wirkstoffe zur Vorbeugung sind Allopurinol, Benzbromaron, Febuxostat und Probenecid. Allopurinol und Febuxostat mindern die körpereigene Harnsäureproduktion und gehören damit zu den Urikostatika. Zu Behandlungsbeginn kann aber die Harnsäurekonzentration im Blut zunächst ansteigen, weil Ablagerungen im Gewebe aufgelöst werden. So treten manchmal akute Gichtanfälle auf. Daher werden Allopurinol und Febuxostat erst nach Abklingen der akuten Beschwerden und zur Vorbeugung eines Gichtanfalls eingesetzt.

Demgegenüber sind Benzbromaron und Probenecid Urikosurika, die die Harnsäureausscheidung über die Nieren fördern. Durch die vermehrte Ausscheidung von Harnsäurekristallen können sich jedoch Steine in der Niere bilden. Daher sollten Patienten mit Nierensteinen diese Wirkstoffe nicht anwenden. Bei einem akuten Gichtanfall werden schnell wirkende Mittel benötigt, um den Patienten rasch von seinen Schmerzen zu befreien. Das klassische Mittel zur Behandlung des akuten Gichtanfalls ist Colchicin, ein Inhaltsstoff aus dem Samen der Herbstzeitlosen. Colchicin ist eigentlich ein Gift, das in zu hohen Dosen zu schweren Nebenwirkungen führt. In geringer Dosis hingegen wird es nutzbringend eingesetzt.

Entzündungshemmende nicht-steroidale Antirheumatika wie beispielsweise Indometacin, Acemetacin, Diclofenac und Ibuprofen sind ebenfalls geeignet, um die Schmerzen eines akuten Gichtanfalls wirksam zu lindern. In sehr schweren Fällen können vom Arzt zusätzlich Glukokortikoide wie zum Beispiel Prednisolon verschrieben werden.

## **Colchicin und Vitamin B12**

Colchicin (Herbstzeitlosenextrakt) stört die Vitamin-B12-Resorption.

Unter dem Aspekt der colchicininduzierten Resorptionsblockade sollte generell eine prophylaktische Supplementierung von Vitamin B12 (z.B. 1000 µg /d, p.o., auch in Kombination mit Folsäure und B6) erfolgen.

Unter einer Therapie mit Colchicin sollte der Vitamin B12-Status kontrolliert und gegebenenfalls durch parenterale Applikation (z.B. 1000 µg Vitamin B12 i.m., 2-4 x pro Woche) kompensiert werden.

## **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.