

# Informationsveranstaltung 2006

Hofheim, 1. und 8. November 2006

---

## Sanfte Medizin – Natur, natürlich gut?



Reha-Klinik Wetterau

*Th. Wendt*



Taunus Reha-Klinik



Deutsche  
Rentenversicherung  
Bund



Reha  
Zentrum  
Bad Nauheim



Deutsche  
Herzstiftung

# Theophrastus Bombastus von Hohenheim

---

nannte sich selbst „Paracelsus“

These:

Äußere Eigenschaften wie Form und Farbe von Pflanzen lassen Rückschlüsse auf deren Wirkung zu. So sollen beispielsweise herzförmige Blüten gegen Herzkrankheiten, höckrige Wurzeln gegen die Geschwülste des Aussatzes und stachelige Disteln gegen Stiche in der Brust wirken.



\* 1493 Einsiedeln

† 1541 Salzburg

# Theophrastus Bombastus von Hohenheim

---

Die Paracelsus Medaille ist heute die höchste Auszeichnung der Deutschen Ärzteschaft.

All Ding sind Gift und nichts ohn Gift. Allein die Dosis macht, dass ein Ding kein Gift ist.



\* 1493 Einsiedeln  
† 1541 Salzburg

# Gliederung

---

## Natürliche Stoffe in der Kardiologie

- Nützliche pflanzliche Stoffe
- Riskante pflanzliche Stoffe
- Nützliche Nahrungsstoffe
- Riskante Nahrungsstoffe

# Nützliche pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

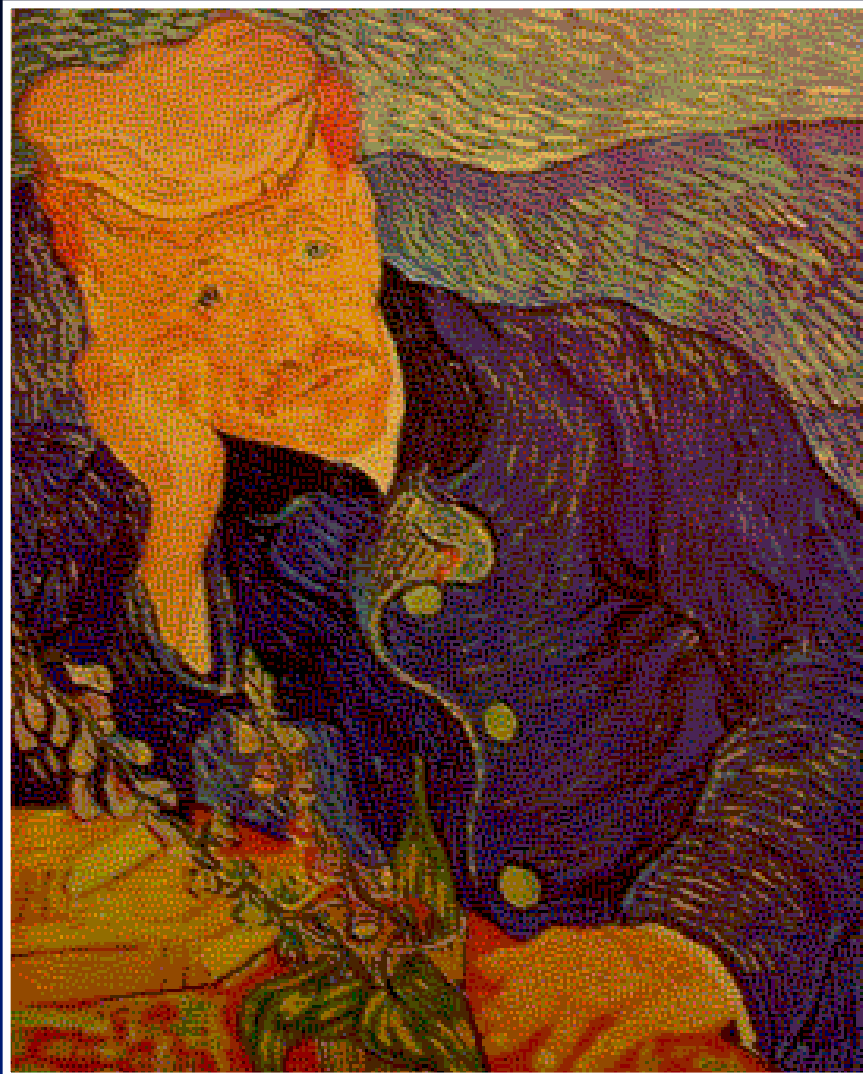
---

- Digitalis (Fingerhut), z.B. Digimerck<sup>R</sup>
- Crataegus (Weißdorn), z.B. Vitalin<sup>R</sup>
- Atropin (Tollkirsche), = Atropin<sup>R</sup>
- Chinidin (Chinarinde), = Chinidin<sup>R</sup>
- Ajmalin (Rauwolfia), z.B. Gilurytmal<sup>R</sup>

**Starke Wirkung,  
bei Überdosierung erhebliche NW !**

# Nützliche pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**W. Withering (1785)**

**Dr. Gachet mit  
Fingerhutblüte  
(V. vanGogh)**

# Nützliche pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**Fingerhut**  
**Digitalis purpurea**

**West- und Mitteleuropa**  
**Rote oder weiße Blüten**  
**Tödliche Dosis 2,5 g Blätter**

**Indikation:**  
**Herzinsuffizienz**  
**Tachyarrhythmie**

# Nützliche pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**Dornen und weiße Blüten**  
**Die Früchte reifen im August**



**Indikation:**  
**Herzinsuffizienz**

**Weißdorn**  
***Crataegus monogyna***

# Nützliche pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**Tollkirsche**  
**Atropa bella-donna**

**Blüten mit 5 Blütenblättern**  
**Tollkirsche im Herbst**  
**Stark giftig**  
**(kein Kern, nicht hängend, kein Stiel)**



**Indikation:**  
**Bradykardie**  
**Augentropfen**

# Nützliche pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**Chinarinde**  
**Chinchona pubescens**

**Herkunft: nördl. Südamerika**  
**Kina = Rinde**  
**Das bittere Jesuitenpulver**

**Indikation:**  
**fiebersenkend**  
**Antiarrhythmikum**  
**Malaria Mittel**

# Nützliche pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**Rauwolfia**  
**Rauwolfia serpentina**

**Wahnsinnskraut**  
**Dt. Arzt Rauwolf (1540-1596)**

**Indikation:**  
**Antiarrhythmikum**

# Nützliche pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---

- Digitalis (Fingerhut), z.B. Digimerck<sup>R</sup>
- Crataegus (Weißdorn), z.B. Vitalin<sup>R</sup>
- Atropin (Tollkirsche), = Atropin<sup>R</sup>
- Chinidin (Chinarinde), = Chinidin<sup>R</sup>
- Ajmalin (Rauwolfia), z.B. Gilurytmal<sup>R</sup>

**Starke Wirkung,  
bei Überdosierung erhebliche NW !**

# Riskante pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---

- Johanniskraut, z.B. Jarsin<sup>R</sup>, Remotiv<sup>R</sup>
- Knoblauchpillen
- Gingko
- Ginseng

**Achtung:  
Wechselwirkungen, Nebenwirkungen !**

# Riskante pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**Johanniskraut  
von Johanni-Tag (24. Juni)**

**Indikation:  
Depression**

**Johanniskraut  
Hypericum perforatum**

# Riskante pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---

Johanniskraut (z.B. Jarsin<sup>R</sup>, Remotiv<sup>R</sup>) kann viele Wechselwirkungen auslösen, z.B. schwächt es die Wirkung von Digitalis ab (cave absetzen!), senkt den Ciclosporinspiegel, vermindert die INR, verlängert die QT-Zeit und kann in Kombination mit Statinen zur Rhabdomyose führen!

# Riskante pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**Knoblauch**  
**Allium sativum**

**Mehrjährige krautige Pflanze**

**Indikation:**  
**aspirinähnlich**  
**zum würzen anstelle Salz**

# Riskante pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**Fächerblattbaum  
Gingko biloba**

**Stammt aus Ostasien  
In Europa als Zierbaum**

**Indikation:  
Konzentrationsmängel  
Vergeßlichkeit**

# Riskante pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---



**Ginseng**  
**Panax ginseng**

**Seit 2000 Jahren in TCM bekannt**  
**Seit 1700 in Europa**

**Indikation:**  
**Antriebskraft**  
**Konzentrationskraft**  
**Widerstandskraft**



# Riskante pflanzliche Stoffe in der Kardiologie

---

Knoblauchpillen, Gingko und Ginseng  
erhöhen das Blutungsrisiko bei chirurgischen  
Eingriffen und sollten daher spätestens 1 Woche  
vor geplanten Operationen abgesetzt werden!

Alle Wirkstoffe mit dem Arzt abstimmen !!!

# Nützliche Nahrungsstoffe in der Kardiologie

---

- **Nüsse (150 g / Woche, Hasel-, Wal-, Erdnüsse):  
Blutdrucksenkung**
- **Alkohol (< 10 bis 20 g / Tag): HDL - Erhöhung**
- **Schwarzer oder grüner Tee (900 ml / Tag):  
endotheliale Dysfunktion**
- **Salzwasserfisch / Fischölkapseln**
- **Schweizer Bergkäse**

# Das Inuit-Paradoxon

---



Bei Inuit in Upernavik fand sich zwischen 1959 und 1974 eine geringere KHK-Mortalität als in der dänischen Bevölkerung, obwohl Inuit sehr viel *fettreichen* Fisch verzehren.



*Dyerberg J., Bang, H., Hjerne, N.:  
Fatty acid composition of the plasma lipids in Greenland Eskimos.  
Am J Clin Nutr 28: 958-966 (1975)*

# Das Schweizer-Paradoxon

---



Appenzeller



Bachthaler

Bei der Schweizer Bevölkerung wird trotz hoher Fettaufnahme eine geringere Mortalität beobachtet, was auf den hohen Anteil an  $\alpha$ -Linolensäure im Schweizer Bergkäse zurückgeführt wird.

*Hauswirth, C., Scheeder, M., Beer, J.:  
High omega-3-fatty acid content in alpine cheese.  
The basis for alpine paradox.  
Circulation 109: 103-107 (2004)*

# **$\omega$ -3-FS und Mortalität**

## **Gruppo Italiano Studio Sopravivenza Infarto (GISSI)**

---

**Design:** N = 11324 frische Infarkt-Patienten  
on top der übl. sek.-präV. Therapie:

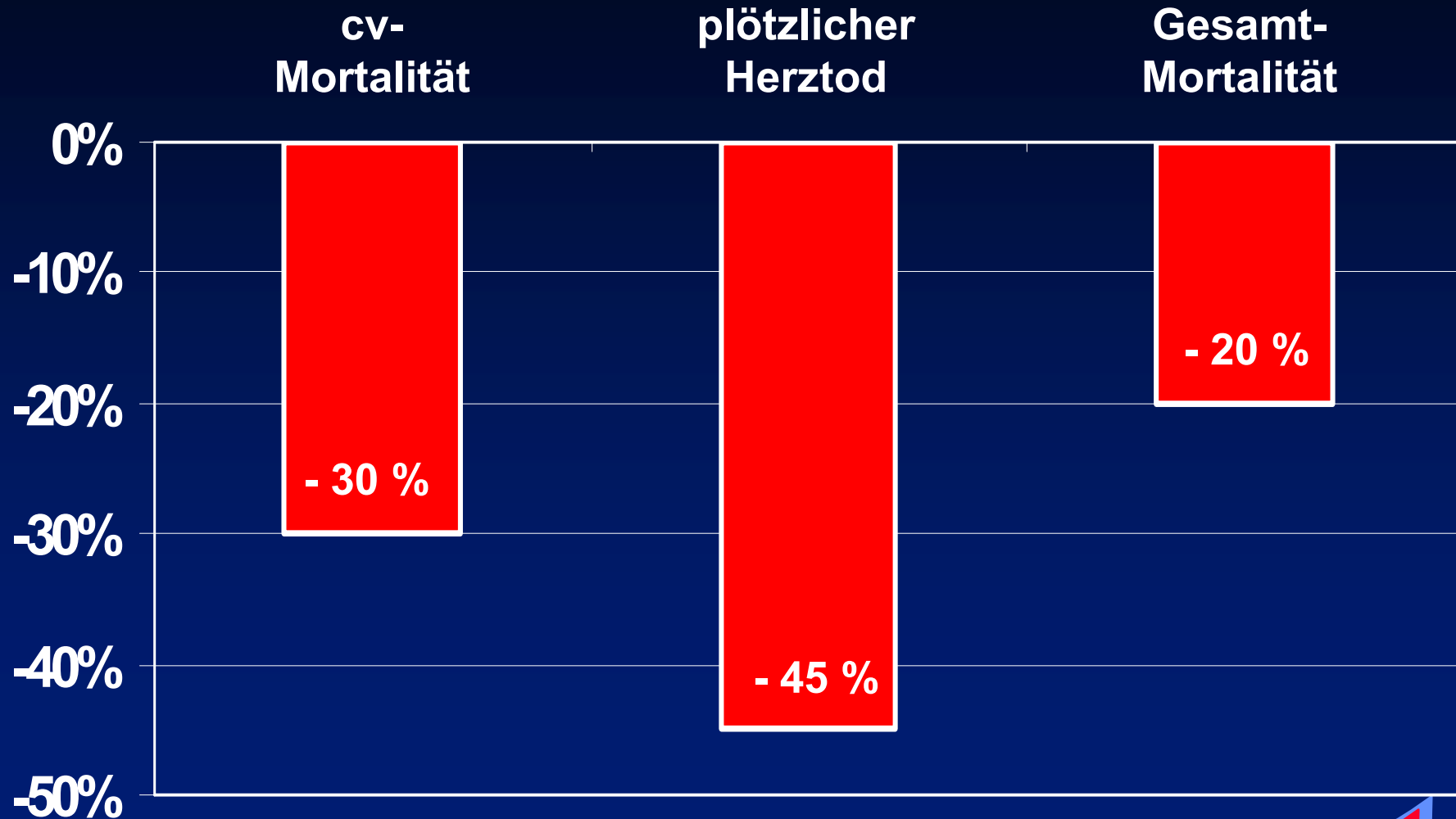
- n = 2836: 0,85 g  $\omega$ -3-FS/Tag
- n = 2830: 300 mg Vit. E/Tag
- n = 2830: Kombination
- n = 2828: Plazebo

**Beh.-Dauer:** 3,5 Jahre

*Lancet 354: 447-455 (1999)*

# Gruppo Italiano Studio Sopravivenza Infarto (GISSI)

*Lancet* 354: 447- 455 (1999)



Omega-3-Fettsäuren vs. Plazebo

# AHA / ACC Guideline Secondary Prevention

---

- **Patienten mit koronarer oder anderer Atherosklerose 1g/Tag Omega-3-Fettsäuren als Fisch oder Kapsel zur Risikoreduktion (IIb).**
- **Bei erhöhten Triglyceriden höhere Dosierungen erforderlich (IIb).**

*Smith et al, Circulation 113: 2363 (2006)*

# Fischöle: Zusammenfassung

---

- Der Verzehr von Salzwasserfisch hat kardioprotektive Effekte.
- Diese protektiven Effekte können durch die Quecksilberbelastung des Fisches gemindert bis aufgehoben werden (D. Strödter).

→ Omacor<sup>R</sup>, Zodin<sup>R</sup>

# Riskante Nahrungsstoffe in der Kardiologie

---

- **Vitamin K, z.B. Konaktion<sup>R</sup>**
- **Beta-Carotin = Provitamin A (empf. Dosis: < 2 mg/Tag)**  
**Lungenkrebsrate steigt bei Rauchern > 20 mg / Tag!**  
**ACE-Getränke enthalten z.T. 36 mg Vit. A / Liter**
- **Roter Grapefruchtssaft**

# Täglich 1 Flasche gefährlich für Raucher !!!



# Riskante Nahrungsstoffe in der Kardiologie

---

## Roter Grapefruchtsaft (700 ml/Tag)

verbessert zwar die endotheliale Dysfunktion,  
steigert aber die Wirkung von  
Ca-Antagonisten (z.B. Isoptin<sup>R</sup>, Baymycard<sup>R</sup>),  
Simvastatin (z.B. Zocor<sup>R</sup>, Simvahexal<sup>R</sup>)  
und Cyclosporin (Sandimmun<sup>R</sup>)!

# Zusammenfassung → 2 Botschaften:

---

**Die Dosis macht das Gift.**

**Besprechen Sie auch pflanzliche  
Stoffe mit Ihrem Arzt !**



Deutsche  
Rentenversicherung  
Bund



Reha  
Zentrum  
Bad Nauheim



Deutsche  
Herzstiftung