

# Gesundheit

## «Die Mehrheit der gängigen rezeptfreien Präparate ist wirkungslos»

**Erkältungsmittel unter Druck** Ein US-Expertengremium hat den abschwellenden Wirkstoff von Neocitran als unwirksam bewertet. Was bedeutet das für das beliebte Medikament und andere Erkältungsmittel?

Felix Straumann

Bei einer heftigen Erkältung gilt ein Mittel bei manchen als Wunderwaffe: Neocitran. Nicht wenige Menschen schwören auf die Beutel mit dem Pulver, das in heissem Wasser aufgelöst wird, um dann die fiesen Viren hoffentlich in Schach zu halten. Zweifel sind allerdings angebracht.

Denn nun zeigt sich, dass einer der Wirkstoffe in Neocitran wahrscheinlich unwirksam ist. Er trägt den Namen Phenylephrin und sollte eigentlich dafür sorgen, dass bei einer Erkältung die entzündeten Schleimhäute abschwellen. Ein Beratungsgremium der US-amerikanischen Food and Drug Administration (FDA) ist jetzt aber zum Schluss gekommen, dass diese Wirkung nicht gegeben ist, wenn Phenylephrin oral eingenommen, also geschluckt wird. Die Einschätzung könnte früher oder später zu einem grundsätzlichen Verbot durch die FDA führen, so wie dies in anderen Fällen in der Vergangenheit oft passiert ist.

### Wird das Rezept angepasst?

«Ich denke, wir haben eindeutig bessere Möglichkeiten im rezeptfreien Bereich, um unseren Patienten zu helfen, und die Studien belegen nicht, dass dies eine wirksame Substanz ist», wird Maria Coyle, Vorsitzende des FDA-Beratungsgremiums und Pharmazie-Professorin an der Ohio State University, in den «New York Times» zitiert. Und Leslie Hendeles, Pharmazeutin an der University of Florida in Gainesville, sagt: «Wenn Sie eine verstopfte Nase haben und diesen Wirkstoff einnehmen, werden Sie immer noch eine verstopfte Nase haben.» Die Wissenschaftlerin hat schon 2007 zusammen mit Kollegen die FDA aufgefordert, Phenylephrin vom Markt zu nehmen. Bereits damals war klar, dass die Substanz nicht die behauptete Wirkung hat.

In der Schweiz hat die Heilmittelbehörde Swissmedic erst durch die Anfrage dieser Zeitung von der FDA-Neubewertung erfahren. Man werde die Thematik untersuchen, schreibt Mediensprecher Alex Josty. Bei den Analysen gehe man risikobasiert vor. «Nach einem Entscheide ereignen wir bei Bedarf Massnahmen und kommunizieren zielgruppengerecht.» In Einzelfällen könne das auch der Entzug der Zulassung sein, wenn gewichtige Daten dies stützten, so Josty.

Ob die Rezeptur für Neocitran hierzulande dereinst angepasst werden muss, ist also offen. Neben dem infrage gestellten Wirkstoff Phenylephrin enthält das Erkältungsmittel auch Paracetamol (schmerzlindernd und fiebersenkend) und Pheniramin (entzündungshemmend und dämpfend). Als vierter wichtiger Inhaltsstoff wird Vitamin C genannt. Dessen Wirksamkeit gilt allerdings schon länger als ebenfalls fraglich, insbesondere wenn es erst eingenommen wird, wenn die Symptome bereits eingesetzt haben.



Schon lange wird bezweifelt, dass einer der Inhaltsstoffe von Erkältungspräparaten tatsächlich abschwellend wirkt. Foto: Michael Scherrer (20min)

Der Anbieter von Neocitran in der Schweiz ist das britische Unternehmen Haleon, das aus dem Zusammenschluss der Sparten rezeptfreier Medikamente von GlaxoSmithKline und Pfizer entstand. Dort wollte man auf Anfrage keine Stellung nehmen.

### «Höchstens marginal»

Neocitran ist das bekannteste Medikament mit Phenylephrin. Es gibt jedoch verschiedene andere Kombinationspräparate von anderen Anbietern, die die Substanz ebenfalls enthalten. Sie heissen unter anderem Flumol Grippe, Neotylol, Rhinocap oder Triophan. Alle sind nicht ver-

schreibungspflichtig («over the counter», OTC) und wären von einer neuen Regelung betroffen.

Unabhängig vom fraglichen Inhaltsstoff Phenylephrin sind solche Kombinationspräparate mit mehreren Wirkstoffen generell umstritten. Fachleute bemängeln, dass mit der Anzahl der Substanzen die Häufigkeit von unerwünschten Wirkungen überproportional steigt. Zudem können positive Effekte wegen Wechselwirkungen geringer ausfallen.

Thomas Rosemann, Professor für Hausarztmedizin an der Universität Zürich, betont zudem: «Grippale Infekte lassen sich mit

Medikamenten nur symptomatisch behandeln, Dauer und Schwere der Erkrankung werden höchstens marginal beeinflusst.» Das infrage gestellte oral eingenommene Phenylephrin befindet sich dabei in guter Gesellschaft: «Die Mehrheit der gängigen rezeptfreien Präparate ist wirkungslos.»

Nasensprays, die Phenylephrin enthalten, gelten jedoch nach wie vor als wirksam. Das Gleiche gilt, wenn der Wirkstoff in der Chirurgie oder zur Erweiterung der Pupillen verwendet wird. Andere Substanzen, die abschwellend wirken, insbesondere Pseudoephedrin, sind von der

Neubewertung ebenfalls nicht betroffen.

Beim Schweizerischen Fachverband für Selbstmedikation (ASSGP) weiss man von der Neubewertung des FDA-Ausschusses. Geschäftsführer Martin Bangerter betont in einer Stellungnahme die Ungefährlichkeit von Phenylephrin. Die Substanz werde seit Jahrzehnten eingesetzt. «Der FDA-Ausschuss hat festgehalten, dass im Zusammenhang mit Phenylephrin keinerlei Sicherheitsbedenken vorliegen.»

### USA reguliert restriktiver

Bangerter weist zudem darauf hin, dass «in den USA ein grosser Teil der in der Selbstmedikation verfügbaren Arzneimittel in der Selbstbedienung zum Beispiel im Supermarkt zur Verfügung steht und ohne Fachberatung oder Sicherheitsbeschränkungen gekauft werden kann». Dadurch würde im OTC-Bereich dort restriktiver reguliert als in der Schweiz. Hierzulande stünden hingegen nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel ausschliesslich nach Fachberatung in der Apotheke oder der Drogerie zur Verfügung.

In der «New York Times» raten Experten ebenfalls, nicht in Panik zu verfallen oder alle Medikamente in der Hausapotheke wegzuwerfen. Phenylephrin sei nicht gefährlich. Zudem würden die Produkte andere Inhaltsstoffe enthalten, die Erkältungssymptome lindern könnten.

## «Grippale Infekte lassen sich mit Medikamenten nur symptomatisch behandeln.»

Thomas Rosemann  
Universität Zürich

### Medikamente in Apotheken-Schaufenster ohne nachgewiesene Wirkung

Fast 60 Prozent aller Medikamente, die in den Schaufenstern von Schweizer Apotheken ausgestellt sind, haben keine medizinisch erwiesene Wirksamkeit. Zu diesem Schluss gelangten Ärztinnen und Ärzte am Spitalzentrum Biel in einer Studie, die im Fachblatt «BMJ Open» erschienen ist. Anhand der Vitrinen-Fotos von 68 zufällig ausgewählten Apotheken wiesen sie nach, dass nur 418 (43,1 Prozent) von den insgesamt 970 überprüften Arzneimitteln erwiesenermassen wirksam sind. Für die anderen 556 Medikamente (56,9 Prozent) ist die Datenlage zu dünn, um verlässliche Aussagen über deren Wirksamkeit machen

zu können. Die Studienautoren hatten jedes Apotheken-Schaufenster zwischen Juli 2019 und Mai 2020 viermal aufgenommen. Es zeigte sich, dass im Frühling mehr Arzneimittel mit erwiesener Wirksamkeit in den Schaufenstern lagen, was vor allem auf Medikamente gegen Heuschnupfen zurückzuführen war, wie es in einer Mitteilung heisst. Die Autoren stören sich daran, dass die Apotheken der Öffentlichkeit indirekt Medikamente ohne Wirksamkeitsbeleg empfehlen. Sie fordern ein Label, das zeigt, wie verlässlich die wissenschaftliche Evidenz für die in den Arzneimitteln enthaltenen Wirkstoffe ist. (fes)

## Wie dreckig ist es hinter den Ohren wirklich?

**Hygiene** Was treibt sich auf dem Körper an Keimen so herum? Forscher liefern überraschende Befunde.

Die Mütter und Grossmütter dieser Welt haben natürlich mal wieder recht gehabt, gegenteilige Fälle sind ja kaum überliefert. Der Ratschlag, sich gut hinter den Ohren zu waschen, beruht jedenfalls auf einer medizinischen Grundlage.

Die Gründe für die basalen Hygienemassnahmen sind mikrobiologischer Natur, denn an den eher feuchten und versteckten Stellen des Körpers gerät die Balance der Keime schnell durcheinander. Dann können schädliche Erreger wuchern, und Hautkrankheiten entstehen.

### Nützliche Keime

Die Biostatistiker Marcos Pérez-Losada und Keith Crandall von der George Washington University haben bei 129 gesunden Erwachsenen über vier Jahre hinweg immer wieder die Beschaffenheit von deren Mikrobioms auf der Haut untersucht und den Anteil von zwölf häufigen Bakterienarten ermittelt. Die Gesamtheit der Bakterien, die den Organismus bevölkern, wird als Mikrobiom bezeichnet.

Im Fachmagazin «Frontiers in Microbiology» zeigen die Forscher, wie stark die bakterielle Besiedlung auf der Haut von Region zu Region variiert. Die Mehrzahl dieser Keime ist nützlich und hilft dabei, die Funktion der Haut zu erhalten. Ist die Zusammensetzung der Erreger gestört, drohen hingegen Unannehmlichkeiten.

Für die Untersuchung haben die Teilnehmer der Studie Proben an trockenen Stellen wie den Unterarmen und Waden genommen, aber auch an feuchten Orten wie zwischen den Zehen und am Bauchnabel sowie hinter den Ohren, wo die Haut eher fettig ist. Dabei zeigte sich, dass an Armen und Waden die Keimbildung grösser und vielfältiger war als an den übrigen Regionen.

### Anfälliger für Ekzeme

Hinter den Ohren, zwischen den Zehen und am Bauchnabel fiel die Keimvielfalt hingegen geringer aus. Zwar waren dort keine mikrobiellen Monokulturen anzutreffen, doch die Verteilung war einseitiger. Hinter den Ohren fanden sich beispielsweise zu 70 Prozent Staphylokokken, andere Erreger kamen nur zu geringen Anteilen vor. Diese Unwucht kann dazu beitragen, dass sich besonders fiese Keime ansammeln.

Die mangelnde Diversität und die weniger ausgewogene Mischung an nützlichen Bakterien machen anfällig für Ekzeme, Fusspilz oder Wundheilungsstörungen. Zudem bildet die Haut nicht nur eine mechanische, sondern auch eine immunologische Barriere gegen unerwünschte Eindringlinge. Auch diese wichtige Funktion kann durch eine gestörte Balance der Bakterien beeinträchtigt sein. Nun geht es nicht darum, die Hautpartien hinter den Ohren, zwischen den Zehen und am Bauchnabel mit aggressiven Seifen und Reinigungsmitteln zu traktieren, sondern sie pfleglich zu behandeln, so wie es von den Ratschlägen der Grossmütter her bekannt ist.

Werner Bartens