

Wie hoch ist der tägliche Bedarf?

## Multitalent Magnesium

Den lebenswichtigen Mineralstoff Magnesium kann unser Organismus nicht selbst herstellen. Er muss täglich in ausreichender Menge über die Nahrung zugeführt werden. Aber wie hoch ist unser täglicher Magnesiumbedarf?

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt gesunden Erwachsenen täglich 300–400 mg Magnesium über die Nahrung zuzuführen. Eine ausreichende Magnesiumzufuhr ist jedoch nicht immer gewährleistet. Das neue Mg<sup>++</sup>-Info-Portal bietet hilfreiche Informationen, wie man seine tägliche Zufuhr von Magnesium gezielt unterstützen kann. Denn wird dem Körper nicht genügend Magnesium zugeführt, kommt es zu einem Magnesiummangel. Dieser kann sich durch unterschiedliche Beschwerden bemerkbar machen: Dazu zählen u. a. Muskelkrämpfe

und Verspannungen, unwillkürliche Muskelzuckungen, aber auch Unruhe, Kopfschmerzen bis hin zu depressiven Verstimmungen und Herzrhythmusstörungen. Treten derartige Mangel-Symptome auf, ist es ratsam, dem Körper zusätzlich Magnesium zuzuführen, um das Defizit auszugleichen. Denn allein mit einer Ernährungsumstellung lässt sich der Ausgleich nicht erreichen. Um einem Magnesiummangel gezielt entgegenzuwirken, sollte auf hochwertige Magnesiumprodukte aus der Apotheke, (z. B. Magnesium Verla® oder Magnesiocard®) zurückgegriffen werden. Magnesium Verla® und Magnesiocard®-Produkte enthalten organische Magnesiumverbindungen, die heute in der Medizin bei einer Vielzahl von Beschwerden eingesetzt werden.

Nach Informationen des Unternehmens  
Verla Pharm GmbH

Richtungsweisender Erfolg

## Früher fit mit Pflanzenkraft

Was tun, wenn der Kopf schmerzt und die Erkältung nicht weichen will? Phytopharmaka können Abhilfe schaffen!

Das Unternehmen Bionorica SE hat die behördliche Genehmigung erhalten, Sinupret® extract in zehn weiteren EU-Ländern einzuführen. Darunter sind Polen, Österreich, Luxemburg und Tschechien. Das Verfahren sei das erste in Europa, das mit einer pflanzlichen Fünfer-Kombination erfolgreich abgeschlossen werden konnte. Dieser Erfolg dürfte richtungsweisend sein für die Zukunft der rationalen Phytotherapie in Europa, so das Unternehmen. Die Wirksamkeit der 5-Pflanzen-Kombination gegenüber Placebo wurde durch klinische Studiendaten nach höchsten internationalen Standards belegt: Gemessen am zeitlichen Verlauf kam es unter Sinupret® extract zu einer raschen Remission des Druckkopfschmerzes:

Nach einer Woche Therapie mit dem Phytopharmakon waren die Patienten zwei Tage früher wieder fit. Für die 5-Pflanzen-Kombination konnten zudem sekretolytische und antiinflammatorische Wirkwirkungen gezeigt werden. Beide Wirkwirkungen werden dabei dosisabhängig vermittelt. Da das Präparat 4-fach konzentriert ist, besitzt es einen deutlich höheren Gehalt an Inhaltsstoffen wie z. B. den hochwirksamen Bioflavonoiden. Diese sind u. a. für den sekretolytischen Effekt des Phytopharmakons mitverantwortlich: Studiendaten zeigen, dass Bioflavonoide die transepitheliale Chloridionen-Sekretion der Atemwegsschleimhaut dosisabhängig steigern. Durch die gesteigerte Chlorid-Sekretion wird das zähe Sekret verflüssigt. Die beeinträchtigte mukoziliäre Clearance wird wieder aktiviert und der Schleim kann abfließen.

Nach Informationen des Unternehmens Bionorica SE

## Morphin substituieren

Seit April steht das erste zugelassene retardierte Morphin für die orale Substitutionstherapie bei Opioidabhängigen zur Verfügung. Die neue Substanz ist genauso wirksam wie der Therapiestandard Methadon und lindert das Craving nach Heroin laut Zulassungsstudie effizienter. Patientenzufriedenheit und Haltequote sind unter Morphin retard besonders hoch.

In der Zulassungsstudie mit Cross-over-Design wurden 276 Patienten mit Opioidabhängigkeit jeweils 11 Wochen mit Morphin retard (bis 1200 mg täglich) oder Methadon (bis 200 mg täglich) behandelt. Beim Hauptzielkriterium, dem Beigebrauch von Heroin beurteilt durch Urinalanalysen, schnitt Morphin retard (Substitol®) genauso gut wie die Leitsubstanz ab. Das Craving der Behandelten nach Heroin war in der Morphin-Gruppe signifikant geringer, berichtete Professor Dr. Christian Haasen, Hamburg. Je höher die Dosis der Substitute war, desto geringer war das Heroin-Craving. Keine Unterschiede zwischen beiden Gruppen gab es beim Verlangen nach Kokain.

### Gute Akzeptanz der Substitution

Die Häufigkeit unerwünschter Wirkungen war in beiden Gruppen ähnlich. Gehäuft wurde in der Methadon-Gruppe ausgeprägtes Schwitzen registriert, in der Morphin-Gruppe trockener Mund und Pollakisurie. Über Obstipation berichteten in beiden Gruppen rund 10% der Patienten. Die QT-Zeit wurde durch Morphin retard signifikant geringer beeinflusst als durch Methadon. Patientenzufriedenheit und Wohlbefinden waren in der Morphin-Gruppe höher, betonte Haasen. Die gute Akzeptanz der Morphin-Substitution bestätigte sich in der 25-wöchigen Extensionsphase der Studie bei insgesamt knapp 200 Patienten. Nur 29% der Behandelten brachen die Therapie ab. Auch nach klinischen Erfahrungen in Österreich sind die Haltequoten der Therapie unter Morphin retard höher als unter anderen Substitutionsmitteln, berichtete Haasen.

Launch-Presskonferenz "Substitol®: ein neuer Weg in der Substitutionstherapie", 24. März 2015, Hamburg, mit freundlicher Unterstützung der Mundipharma Deutschland GmbH & Co. KG, Limburg, Bericht: Roland Fath