

induziert CYP3A4, das Enzym, das die meisten Arzneimittel abbaut. Dies führt dazu, dass andere Arzneimittel schneller abgebaut werden.

CME: Das heißt, wenn man Johanniskraut verschreibt, muss man sich die Begleitmedikation anschauen und den Patienten über das Interaktionspotenzial aufklären?

Kraft: Ja, bereits wenn man Johanniskraut empfiehlt, sollte man auf mögliche Interaktionen achten und darüber aufklären, denn man weiß nie genau, was die Patienten dann wirklich einnehmen. Die Interaktionsgefahr ist eigentlich auf dem Beipackzettel von Johanniskrautpräparaten beschrieben. Leider lesen die Patienten den aber zu selten.

CME: Gibt es außer den Interaktionen bei der Behandlung mit Johanniskrautextrakt noch andere Risiken?

Kraft: Als Nebenwirkungen sind Magen-Darm-Beschwerden, Allergien, Hautrötung, Schwellung, Juckreiz, Müdigkeit und Unruhe beschrieben, sie kommen aber selten vor.

Eine weitere mögliche Nebenwirkung ist die sogenannte Fotosensibilisierung, also die erhöhte Lichtempfindlichkeit der

CME: Welche Heilpflanzen werden bei der Angststörung eingesetzt?

Kraft: Bei Angststörungen haben wir ein bisschen mehr Auswahl als bei der Depression. Da haben wir auf der einen Seite das Lavendelöl, auf der anderen Seite den Passionsblumenkrautextrakt.

CME: Wie wirksam sind diese Pharmaka, wenn man sie mit chemisch definierten Anxiolytika vergleicht?

Kraft: Sie können leichte Angststörungen auf jeden Fall mit Lavendelöl oder Passionsblumenkrautextrakt behandeln. Schwere Angststörungen würde ich weder mit dem einen noch dem anderen behandeln wollen, da muss man dann doch auf die chemisch definierten Präparate zurückgreifen.

CME: Wie ist die Evidenzlage von Lavendelöl und Passionsblumenkraut?

Kraft: Zum Lavendelöl gibt es inzwischen einige placebokontrollierte Studien [2, 3, 4]. Zum Passionsblumenkraut gibt es leider nur sehr wenige Untersuchungen, zum Teil sind es ältere Beobachtungsstudien. Da könnte die Studienlage ruhig noch ein bisschen besser werden.

Übrigens sollte man das Lavendelöl bitte nicht in der Schwangerschaft und

Bei leichten Depressionen können Phytotherapeutika eine Option sein.

Kraft: Baldrian hat eine ausgleichende, das vegetative Nervensystem beruhigende Wirkung, insofern kann er als Tagesedativum eingesetzt werden. Hopfen und Melisse dienen eher als Zusatz bei Baldrianpräparaten, um die Wirkung ein bisschen zu verstärken. Die Wirksamkeit bei Angststörungen würde ich als sehr schwach einstufen.

CME: Welche Vorteile bieten Phytotherapeutika in der Behandlung von Angststörungen?

Kraft: Pflanzliche Zubereitungen gegen Angststörungen haben kein Abhängigkeitspotenzial. Das ist bei den anderen



« Depressive Patienten gehen erst zum Hausarzt »

Haut. Sie wurde aber bisher nur bei Patienten beschrieben, die deutlich höhere Dosen als die Standarddosis eingenommen haben.

CME: Gibt es andere Phytopharmaka, die bei Angststörung oder Depression eingesetzt werden, bei denen man mit Wechselwirkungen rechnen muss?

Kraft: Wechselwirkungen sind vor allem bei Johanniskraut von Bedeutung. Bei den Phytotherapeutika, die bei der Angststörung verordnet werden, gibt es dafür keine Hinweise.

der Stillzeit nehmen, dazu gibt es nämlich keine Untersuchungen, und man möchte ja dem werdenden Leben nicht schaden. Allgemein sollte man auch mit Phytotherapeutika in der Schwangerschaft vorsichtig sein und vorsichtshalber noch einmal auf den Beipackzettel gucken, bevor man ein Medikament einnimmt.

CME: Häufig werden bei Angststörungen auch Hopfen, Melisse und Baldrian eingesetzt. Welche Erfahrung haben Sie damit gemacht?

Anxiolytika nicht immer gegeben. Außerdem sind die Nebenwirkungen bei Lavendelöl und Passionsblumenkraut sehr gering.

CME: Welche Nachteile haben Phytotherapeutika bei diesen Indikationen?

Kraft: In den meisten Fällen muss man die Medikamente selbst bezahlen, was bei manchen Patienten dazu führt, dass sie lieber verschreibungspflichtige Medikamente einnehmen.

Interview: Constance Jakob

„Nebenwirkungen müssen dokumentiert werden“

Nebenwirkungen werden immer noch zu wenig dokumentiert — nicht nur bei Phytopharmaka, sondern ganz allgemein. Dadurch fehlen uns wichtige Daten. Sollten also Nebenwirkungen auftreten, dann sollten auch die Hausärzte das in die Nebenwirkungsmeldungsdatenbank des BfArM eintragen, sonst kommen wir in dem Bereich nicht weiter.

Prof. Dr. Karin Kraft

Literatur

1. Linde K et al. *Cochrane Database Syst Rev.* 2008(4): CD000448. doi: 10.1002/14651858.CD000448.pub3
2. Kasper S et al. *Eur Neuropsychopharmacol.* 2015;25:1960-7.
3. Kasper S. *Wien Med Wochenschr.* 2015;165: 217-28
4. Kasper S et al. *Int J Neuropsychopharmacol.* 2014;17:859-69