



Globuli bestehen in erster Linie aus Zucker. Der eigentliche Wirkstoff ist oft nicht mehr nachweisbar. FOTO: FRANZISKA GABBERT/DPA-TM

Umstrittene Kügelchen

Homöopathie: Ähnliches mit Ähnlichem kurieren

Von Ulrich Nettelstroth

Migräne ist für Betroffene ein quälendes Leiden. Ute Janßen behandelt eine ganze Reihe von Patienten mit der sich in chronischen Kopfschmerzen äußerbenden Krankheit. Vielen kann die promovierte Allgemeinmedizinerin mit einer homöopathischen Behandlung helfen. „Oft sind vorher schon eine ganze Reihe von Behandlungsmethoden erfolglos versucht worden“, sagt die Berliner Ärztin, die im 400 Mitglieder umfassenden Berlin-Brandenburger Verein homöopathischer Ärzte organisiert ist. Auch die von ihr verabreichten Globuli wirken nicht in jedem Fall. Aber nach ihren Erfahrungen kommt sie bei homöopathisch behandelten Migräne- oder Rheumapatienten mit 60 bis 80 Prozent weniger Schmerzmitteln aus.

Die Homöopathie ist eine umstrittene Disziplin. Drei bis fünf stecknadelkopfgroße Kügelchen verabreicht Ute Janßen in der Regel ihren Patienten, die diese langsam auf der Zunge zergehen lassen. Können solche Globuli, die in erster Linie aus Zucker bestehen, überhaupt eine Wirkung entfalten? Unwissenschaftlich und unwirksam sei die Methode, sagen Kritiker wie der SPD-Gesundheitsexperte Karl

Lauterbach. Wenn die Behandlung Erfolge habe, liege das am sogenannten Placebo-Effekt. Die Diskussion kocht hoch, seit Lauterbach und andere verlangen, die von Krankenkassen teils gewährte Kostenübernahme für Homöopathie zu stoppen.

Dabei geht es vor allem um die Erstanamnese. Das ist ein mindestens einstündiges Gespräch, in dem nicht nur aktuelle Beschwerden abfragt werden, sondern die gesamte Krankengeschichte inklusive Vorerkrankungen in der Familie. „Es geht darum, wie der gute alte Hausarzt den ganzen Menschen in den Blick zu nehmen“, sagt Ute Janßen. Voraussetzung für die Kostenübernahme ist, dass sie ein Facharzt mit dreijähriger Weiterbildung in Homöopathie praktiziert, das heißt ein vollständig ausgebildeter Mediziner, der auch andere Methoden beherrscht.

Die Homöopathie wurde zu Beginn des 19. Jahrhunderts durch Samuel Hahnemann entwickelt. Er hatte beobachtet, dass Krankheiten durch Mittel behandelt werden können, die bei einem Gesunden ähnliche Symptome hervorrufen, wie sie beim Kranken beobachtet werden. Er entwickelte daraus das Ähnlichkeitsprinzip: „Ähnliches möge durch Ähnliches geheilt werden“. Um Nebenwirkungen

zu vermeiden, verdünnte und verschüttelte er die Substanzen und stellte fest, dass die gewünschten Heilwirkungen oft bei hoher Verdünnung verstärkt wurden. Er nannte das Verfahren Potenzierung. Sie kann so weit gehen, dass vom Ursprungstoff in den Globuli nicht mehr ein einziges Molekül nachgewiesen werden kann. Wie es dennoch zu einer Wirksamkeit kommen kann, konnte bis heute nicht geklärt werden. Vermutet wird, dass der menschliche Organismus durch in dem Substrat enthaltene Informationen dazu angeregt wird, seine Widerstandskräfte zu aktivieren.

Info www.berlin-brandenburger-homoeopathie.de

Kein großer Kostenumfang

Die Ausgaben der gesetzlichen Krankenkassen für homöopathische Behandlungen inklusive Arzneimittel liegen bei etwa 20 Millionen Euro jährlich bei einem Gesamtbudget von rund 230 Milliarden Euro, von denen etwa 40 Milliarden Euro auf Arzneimittel entfallen.

In den Apotheken in Deutschland wurde 2018 mit homöopathischen Mitteln ein Umsatz von 670 Millionen Euro erzielt.

Rauchfrei – so klappt's

Start in ein gesünderes Leben

Zum Frühlingsbeginn, wenn wieder vermehrt körperliche Aktivitäten auf dem Programm stehen, wollen viele dem Glimmstängel abschwören. „So gut wie jeder Raucher hat es schon mal versucht, aber der dauerhafte Rauchstopp fällt oft schwer“, sagt Thomas Benkert, Vizepräsident der Bundesapothekerkammer. Beim Rauchen aktiviert Nikotin das Belohnungszentrum im Gehirn innerhalb weniger Sekunden. Der Raucher fühlt sich kurzzeitig wach und entspannt. Aber nach einiger Zeit entsteht eine körperliche Abhängigkeit: Ohne die regelmäßige

Dosis Nikotin entstehen Entzugssymptome wie Unruhe, Reizbarkeit oder Schlafstörungen.

Rezeptfreie Arzneimittel mit Nikotin können die körperlichen Entzugssymptome abmildern. Diese dauern in der Regel nur wenige Tage an und verschwinden nach einigen Wochen völlig. Thomas Benkert: „Nikotinersatzmittel sind nur für eine Übergangszeit gedacht. Sie reichen alleine meist nicht aus, um sich dauerhaft von der Zigarette zu verabschieden.“ Je nach Rauchverhalten sind verschiedene Arzneiformen wie Kaugummis, Lutschtabletten,



Wenn Paare zusammen mit dem Rauchen aufhören, steigen die Erfolgchancen, es auch zu schaffen. FOTO: CHRISTIN KLOSE/ DPA

Sprays oder Pflaster empfehlenswert. Benkert rät Rauchern, sich zur individuell besten Art des Nikotinersatzes in der Apotheke vor Ort beraten

zu lassen. Wer aufhören will, wird nur mit einem starken Willen wirklich erfolgreich sein, so die Beobachtung von Inken Jung, Apothekerin in

Potsdam. „Für viele funktioniert dabei die Schlusspunkt-Methode am besten, bei der ab einem festgelegten Termin das Rauchen komplett eingestellt wird“, sagt sie. Je länger und intensiver geraucht wurde, desto schwerer fällt in der Regel das Aufhören. „Die Sucht nach Nikotin lässt eigentlich schnell nach, die Gewohnheit jedoch nicht“, so Inken Jung.

Für starke Raucher bietet es sich an, die Entwöhnung von einem Arzt begleiten zu lassen und das private Umfeld mit einzubeziehen, damit jemand in schwachen Momenten motivierend zur Seite steht. *cbr*