

Grüne Gefahr fürs Herz

Pflanzenpräparate wie Johanniskraut, Ginkgo und Knoblauch verändern Wirkung von Blutverdünnern und Antiarrhythmika

Der erste Glaubenssatz von Anhängern der Naturheilkunde lautet: Pflanzliche Präparate können nicht gefährlich sein, denn was aus der Natur kommt, ist rein und gut. Dem zweiten Glaubenssatz zufolge wirken Pflanzenpräparate immer sanft. Jeder Hobbygärtner weiß zwar, wie giftig Eibe und Maiglöckchen, Fingerhut, Glyzinie und andere heimische Gewächse sind. Aber in der Erwartung gesundheitlichen Heils geht es häufig eher um Glauben als um Wissen.

Im Fachblatt Journal of the American College of Cardiology (Bd. 55, S. 515, 2010) warnt der Kardiologe Arshad Jahangir von der Mayo-Klinik vor dem leichtfertigen Gebrauch von Kräuterpräparaten. Besonders Herzpatienten, die zusätzlich andere Medikamente nehmen, seien gefährdet. Johanniskraut, das bei Schlafstörungen, Ängsten und Depressionen verwendet wird, mindert beispielsweise die Wirkung von Medikamenten gegen Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen und hohe Cholesterinwerte. Patienten mit Herzleiden könnten dadurch weitere Beschwerden bekommen.

Ähnlich populär wie Johanniskraut sind Ginkgo-Präparate. Ein Nutzen gegen Alzheimer und andere Demenzerkrankungen wurde zwar ebenso wenig belegt wie die angeblich durchblutungsfördernden Eigenschaften. Trotzdem ist das Präparat äußerst beliebt. Bei Patienten kann es jedoch die Wirkung blutverdünnender Mittel wie Warfarin oder Aspirin verstärken. Wer zur Vermeidung von Infarkt, Thrombose oder Schlaganfall auf diese Blutverdünner angewiesen ist und zusätzlich Ginkgo-Mittel nimmt, hat eine höhere Blutungsneigung.

Bedenklich für Herzkranken sind auch die als harmlos geltenden Knoblauchpräparate. Knoblauch wird zur Senkung von Blutdruck und Cholesterin wie zur Stärkung der Abwehr- und anderer Kräfte genommen - mit unklarem Nutzen. Belegt ist hingegen, dass die Blutungsneigung steigt, wenn Patienten sowohl Knoblauch als auch Warfarin nehmen.

Manche Kräuter sind seit Jahrhunderten in Gebrauch, lange bevor Mittel gegen Herzleiden aufkamen. "Auch wenn sie Patienten Linderung verschaffen, muss man Nutzen und Wechselwirkung mit anderen Mitteln untersuchen", sagt Jahangir. "Da immer mehr Menschen Pflanzenpräparate nehmen, wenn sie mit ihrem Arzt unzufrieden sind, ist Aufklärung wichtiger denn je." Die Patienten müssen daran denken, auch die Kräutermittel zu erwähnen, wenn ihr Arzt sie nach den Medikamenten fragt, die sie einnehmen. WERNER BARTENS