

Informationsmaterial vom 10.11.2016



Ost-Medikamente – welche heute noch beliebt sind

Erinnern Sie sich noch an "Summavit"? Es war das einzige Multivitaminpräparat, das es in der DDR gab. Oder an "Bromhexin"? Das waren Hustentropfen. Medikamente, die Millionen Ostdeutsche oft ein Leben lang begleitet haben. Das Überraschende ist, dass sich 200 dieser Arzneimittel über die Wende hinweg bis heute gehalten haben: Sie werden von Ärzten verschrieben, von Patienten eingenommen. Nicht wenige werden auch in den neuen Bundesländern produziert. Die meisten allerdings von internationalen Pharmakonzernen.

„Im Jahr 1989 gab es in der DDR etwa 2.000 verschiedene Arzneimittel“, erklärt Evelyn Guthmann. Sie leitete damals eine Apotheke in Meißen. Heute gehören ihr zwei: „Nach der Wende brachten viele Kunden ihre DDR-Medikamente zur Entsorgung zurück. Da begann meine Sammelleidenschaft.“ Jede Verpackung, jedes Arzneifläschchen, hat die inzwischen 61-jährige Pharmazie-Ingenieurin sorgfältig aufbewahrt. Ein Vierteljahrhundert später begann sie, die Geschichte der DDR-Arzneimittel aus ihrer Sicht aufzuschreiben. Und weil ihre Schwester so gern fotografiert, haben die beiden Frauen akribisch jedes einzelne Präparat im Bild festgehalten. Es ist ein Buch entstanden, das die Apothekerin im Selbstverlag herausgibt.

Reise in die Vergangenheit?

Es hat nichts mit Nostalgie zu tun. Es ist die sorgfältige Aufarbeitung eines kleinen Aspekts der Medizingeschichte. Wer weiß denn noch, was Medikamente damals gekostet haben, welche Informationen ein Rezept enthalten musste oder wo auch in der DDR homöopathische Arzneimittel produziert wurden? Vieles Wissen wäre verloren gegangen, hätte es das Engagement der

beiden Frauen nicht gegeben. Warum manche DDR-Arzneimittel überlebt haben, andere aber nicht, erklärt Evelyn Guthmann an einem Beispiel: „Berlin Chemie hatte die bekannte ‚Spalt‘-Tablette produziert. Unter dem gleichen Namen wurde aber auch im Westen ein Arzneimittel verkauft. Der Westkonzern erwarb die Firma im Osten und sorgte anschließend dafür, dass der Name des im Osten produzierten Medikaments geändert werden musste. So konnte dieses Arzneimittel nur unter einem anderen Namen überleben.“ Was unter ostdeutschen Apothekern noch immer scherzhaft als „DDR-Spalt“ bezeichnet wird, heißt heute Titralkan. Andere Medikamente waren im Westen nicht bekannt. So blieb die Nachfrage gering, daher wurden sie schließlich vom Markt genommen.

Einige haben „überlebt“!

Nach bundesdeutschem Recht (Arzneimittelgesetz), benötigen Medikamente eine Zulassung. Sie ist der Nachweis ihrer Wirksamkeit, Qualität und Unbedenklichkeit. Laut Einigungsvertrag musste jede Arznei der ehemaligen DDR eine westdeutsche Zulassung erwerben. Dafür waren klinische Studien notwendig. Die kosten viel Geld.

Nur wenige hiesige Firmen konnten diese Hürde nehmen und dürfen heute weiter unabhängig produzieren. Dazu gehören zum Beispiel Pharma Wernigerode (stellt „Kamillan“ her), Bombastus in Freital (Tees und Schüssler-Salze) und die Dresdener APOGEPHA, die Mictonorm herstellt. Der Wirkstoff dieses Medikaments wurde bereits in den 70er-Jahren in Dresden entwickelt. Inzwischen hat es eine europäische Zulassung und wird bei Harninkontinenz bzw. einer überaktiven Blase eingesetzt. Ein Beispiel für jene Arzneimittel, die in der DDR selbst entwickelt wurden: „Es ist nicht wahr, dass die meisten Medikamente der DDR nur Kopien westdeutscher Pharmaprodukte waren“, meint Frau Guthmann. Und sie hat noch ein Beispiel:

Tragische Erfolgsgeschichte!

In der kleinen Stadt Zwickau wurde 1964 ein Medikament entwickelt, das von Ärzten als das beste aller vergleichbaren Präparate gewertet wurde. Es heißt Pentalong und verbessert die Durchblutung des Herzens: „Es hat den Vorteil, dass es kaum Nebenwirkungen hat. Es wird von Herzpatienten sehr gut vertragen. Das ist ein Alleinstellungsmerkmal!“, urteilt Professor Dietrich Pfeiffer, Kardiologe an der Uniklinik Leipzig. Schon zu DDR-Zeiten wurde es weltweit verkauft. Nach der deutschen Wiedervereinigung wechselten mehrfach die Eigentümer der Zwickauer Firma. Keiner hatte den langen Atem, aufwendige Studien anzufertigen zu lassen.

Dass es dennoch weiter auf dem Markt bleiben durfte, verdankt es einer Ausnahmeregelung im bundesdeutschen Arzneimittelgesetz. Danach dürfen einige, besonders lang bewährte Medikamente ohne neue Studien weiter angewendet werden. So konnten bis ins Jahr 2012 knapp 300.000 Herzpatienten mit dem Langzeitnitrat versorgt werden. Dann aber stellten die Krankenkassen die Zahlung mit dem Argument ein, Pentalong hätte schließlich keine reguläre Zulassung. Reihenweise mussten Herzpatienten auf andere, westdeutsche Präparate ausweichen, die zum Teil heftige Ne-

benwirkungen hatten. Wenige bezahlten das teure Herzmittel von nun an aus eigener Tasche. In den folgenden vier Jahren schrumpfte die Zahl derer, die Pentalong einnahmen, auf rund 20.000. Jetzt endlich, seit August 2016, ist es wieder zugelassen und wird von den Kassen wieder übernommen. Die meisten Ärzte wissen das und verschreiben es dennoch nicht mehr. Der Grund: „Um wieder auf Pentalong umzustellen, müsste ich mit meinen Patienten ein Gespräch führen“, sagt ein Kardiologe, der ungenannt bleiben möchte: „Diesen Aufwand, ein umfassendes Aufklärungsgespräch zu führen, kann ich mir nicht leisten. Es kostet mich zu viel Zeit.“

Beliebte Ost-Medizin

Es gibt Ärzte, die speziell Arzneimittel verschreiben, die es in der DDR bereits gegeben hat“, kann Evelyn Guthmann aus ihrer Apotheken-Praxis berichten: „Besonders ältere Patienten verlangen auch nach diesen Präparaten. Dazu gehören zum Beispiel das Schmerzmittel Analgin oder Oxytetracyclin-Augensalbe, die bei Ärzten sehr beliebt ist, weil sie offensichtlich hilft. Als Empfehlung auf dem grünen Rezept, das der Patient selbst bezahlen muss, werden gern Pulmotin als Einreibung bei Husten und Erkältung oder Imidin Nasentropfen verordnet.“

Manche DDR-Arzneimittel haben nicht überlebt und doch erinnern sich Ärzte und Patienten an sie, weil sie besonders waren. Der Höllensteinstift zum Beispiel. Er wurde bei überschießender Gewebsneubildung nach einer Verletzung eingesetzt. Ein anderes Beispiel: Migrätan-Zäpfchen: „Dafür gibt es bis heute keinen Ersatz, so dass wir in den Apotheken oft Individualrezepturen anfertigen“, sagt Frau Guthmann und fügt noch eine kleine Geschichte an:

„Erst letzten Monat hat eine Kundin Schlangengift (Vipratox) verlangt. Das gibt es nicht mehr. Da wollte sie als Ersatz Bienengift (Apisathron). Auch das hat die Wende nicht überlebt. Sie war sehr enttäuscht, dass alles was ihr gut geholfen hat, nicht mehr im Handel ist.“

Kräutertees – fast vergessene Schätze

Tee aus Heilkräutern kann mehr, als nur wärmen. Er kann Medizin sein, er kann uns helfen, gesund über den Winter zu kommen. Allerdings entfaltet er seine Wirkung nur unter bestimmten Voraussetzungen. Die Qualität der Teekräuter ist dafür genauso wichtig, wie die richtige Zubereitung. Nur wenige Menschen haben heute noch das Wissen um die wunderbaren Wirkungen von Arzneipflanzen. Ernährungsberaterin Nicole Lins verrät, worauf wir achten sollten, damit ein Tee nicht nur gefärbtes Wasser, sondern ein wertvolles Lebensmittel ist.

Welche wohltuenden und heilenden Tees empfehlen Sie für die kalte Jahreszeit?

Meine persönliche Empfehlung bei Erkältung ist eine Mischung aus Lindenblüten (fürs Schwitzen) gemischt mit Thymian, der desinfizierend wirkt und den Schleim in den oberen Atemwegen löst. Als Drittes dazu Mädesüß, ein Heilkraut, das weniger bekannt ist. Es wird auch „Kopfwepflanze“ genannt, weil sie sehr gut gegen Kopfschmerzen, aber auch gegen Gliederschmerzen und Fieber wirkt. Salbei würde ich hier gern erwähnen, da er bei Halsschmerzen tolle Dienste leistet. Salbei legt sich wie ein Film auf die entzündeten Bereiche in Hals und Rachen. Man kann ihn auch lauwarm zum Gurgeln verwenden. Er hat Inhaltsstoffe, die antibakteriell und antiviral wirken, außerdem Gerbstoffe. Sie ziehen die Schleimhaut zusammen, sodass Erreger nicht mehr so gut angreifen können.

In Drogerien und Supermärkten kann man fertige Teemischungen kaufen. Was halten Sie davon?

Eine fertige Mischung zu kaufen ist natürlich einfach. Außerdem weisen Namen, wie „Erkältungstee“ oder „Hals- und Rachentee“ oft schon darauf hin, wofür ein Tee geeignet sein soll. Das Problem ist nur: Meist sind diese Tees in Teebeutel verpackt. Die Kräuter darin sind fein zerkleinert. Man nennt das auch „gebrochen“. Aus jedem Bruch des Blattes treten Aromastoffe aus. Wenn Sie den Tee sofort nach dem Zerkleinern frisch aufbrühen, ist das vorteilhaft für das Aroma.

Aber leider haben die meisten Fertigtees lange Transport – und Lagerzeiten hinter sich. Bis Sie Ihren Tee zubereiten, sind die Aromastoffe verflogen und ein Teil der Wirkstoffe auch, derentwegen Sie den Tee ja eigentlich gekauft haben. Aus dem

gleichen Grund verwendet man in der modernen Küche inzwischen gern frischen Pfeffer aus der Mühle. Der ist aromatischer als fertig gemahlener Pfeffer, der lange gelagert wird. Machen Sie mal das Experiment: Bereiten Sie zum Beispiel einen Pfefferminztee im Teebeutel zu und daneben einen aus losen Pfefferminzblättern oder sogar aus frischer Minze. So unterschiedlich wie der Geschmack ist auch die Wirkung für Ihre Gesundheit.

Sollte man eher frische Kräuter verwenden oder getrocknete?

Der Winter ist nicht die Jahreszeit für frische Kräuter. Für viele Heilpflanzen ist es ohnehin besser, wenn man sie trocknet. Ihre Wirkstoffe sind dann in konzentrierter Form vorhanden und lösen sich auch leichter. Ein weiterer Vorteil: Für einen Tee aus getrockneter Minze zum Beispiel benötigen Sie weniger Pfefferminzblätter, als wenn Sie den Tee aus frischen Blättern in der gleichen Stärke herstellen wollen. Faustregel ist: eine Hand voll frischer Blätter pro Liter. Faustregel für getrocknete Blätter: 1 bis maximal 3 Esslöffel pro Liter.

Was man jetzt aber sehr gut machen kann, ist ein Tee aus frischem Ingwer. Viele Ältere wissen nicht, was man mit diesen merkwürdigen Knollen anfangen kann. Ingwer wächst in Südostasien, ist vermutlich deshalb ein beliebtes Gewürz in der asiatischen Küche. Er schmeckt leicht scharf, ein bisschen wie Pfeffer und er hat auch heilende Wirkung: Er lindert Schmerzen, hilft bei Reiseübelkeit und regt die Verdauung an. Der Energiefluss im Körper wird gefördert und der Stoffwechsel dabei angeregt. Man findet ihn heute in fast jeder Gemüseabteilung der Supermärkte.

Die Zubereitung ist einfach: Wer die typische Schärfe des Ingwers weniger mag,

schneidet die Knolle in dünne Scheiben, ohne sie vorher zu schälen, übergießt sie mit sprudelnd heißem Wasser und lässt sie mindestens 10 Minuten ziehen. Wer die gesundheitsfördernde Wirkung steigern möchte, kann die Knolle auf einer Küchenreibe zerkleinern und dann etwa 10 Minuten leicht köcheln. Ich verfeinere den Sud gern mit einer Zimtrinde oder einer frischen Orange. Oder auch mit Honig.

Warum wird empfohlen, etwas Honig in den Tee zu geben?

Er wirkt antibakteriell. Man vermutet, dass die von Bienen produzierten Enzyme diese Wirkung haben. Diese positive Eigenschaft hat der Honig aber nur, wenn er nicht wärmebehandelt ist und nicht in sehr heißen Tee gegeben wird. Honig sollte man nur hinzugeben, wenn der Tee schon etwas abgekühlt ist.

Was ist bei der Zubereitung zu beachten?

Will man die Wirkstoffe optimal herauslösen, sollte man nicht einfach jedes Kraut mit heißem Wasser übergießen. Es gibt Inhaltsstoffe, die werden bei großer Hitze zerstört. Andere lösen sich erst nach längerer Zeit. Grundsätzlich gibt es drei Arten der Zubereitung, je nachdem ob es sich um Wurzeln, Samen, Blüten oder Blätter handelt.

Alle **Blätter** werden mit sprudelnd heißem Wasser übergossen. So werden eventuell darin befindliche Mikroorganismen abgetötet, die sich in Naturprodukten immer befinden können. Anschließend 5 bis

8 Minuten ziehen lassen. Loser Tee sollte zwischendurch umgerührt werden.

Samen wie den Fenchel lässt man köcheln. Fenchelsamen lindern – als Tee – Blähungen und Völlegefühl, helfen aber auch bei Husten und Erkältung. Das Überbrühen allein würde die ätherischen Öle nicht lösen. Dieser Vorgang braucht einige Zeit, etwa 10 Minuten. Wichtig: Topfdeckel drauf, damit die sehr flüchtigen ätherischen Öle nicht gleich wieder mit dem Dampf entweichen. Man will sie ja nachher im Sud haben.

Die meisten Wurzeln werden kalt angesetzt. Das Köcheln würde die Wirkstoffe zerstören. Ein Beispiel: Eibischwurzel unterdrückt den lästigen Hustenreiz. Am Abend mit kaltem Leitungswasser übergießen, über Nacht stehen lassen. Am nächsten Morgen dann auf Trinktemperatur erwärmen. Nicht kochen! In der Thermoskanne kann ich das Ganze warm halten und über den Tag verteilt trinken.

Soll man Kräutertee täglich trinken?

Heilkräuter werden unter dem Oberbegriff „Drogen“ gehandelt. Daher auch das Wort „Drogerie“. Man weiß von sogenannten „harten Drogen“, dass der Körper sich daran gewöhnt, sodass man nach einer gewissen Zeit immer mehr davon braucht, um die gleiche Wirkung zu erzielen. Ähnlich ist das auch mit Heilkräutern. Man kann durchaus eine Teekur machen und den Tee täglich trinken. Aber nach etwa drei Wochen sollte eine Pause gemacht werden oder zu einem anderen Tee gewechselt werden. So gewöhnt sich der Körper nicht daran und die Wirkung bleibt erhalten.

Schwerhörigkeit – ein Massenphänomen

Rund 15 Millionen Deutsche sind schwerhörig. Doch nur 2,5 Millionen tragen ein Hörgerät. Im Schnitt vergehen sieben Jahre, ehe ein Betroffener sich dazu durchringen kann, zum Hörgeräteakustiker zu gehen und sich ein Hörgerät anpassen zu lassen. Warum ist das so? Offenbar sehen viele Betroffene das Hörgerät als einen Makel, der sie als alt abstempelt. Außerdem haben viele Menschen auch noch die Hörgeräte ihrer eigenen Eltern oder Großeltern vor Augen, relativ klobige, hässliche Apparate, die gut sichtbar hinter den Ohren prangten und ständig piepsten. Mit diesem Abwarten schaden die Betroffenen ihrem Hörvermögen: Es wird immer weniger trainiert und nimmt immer weiter ab.

Die Betroffenen berauben sich aber auch einer gewissen Lebensqualität. Altersforscher weisen auf den Zusammenhang zwischen Schwerhörigkeit und Vereinsamung hin: „Wenn ich schlecht höre, bin ich unsicher in der Kommunikation. Ich weiß nicht, ob derjenige über mich lacht, er ob er über mich spricht – was will er? Ich muss nachfragen, manchmal sogar zwei Mal. Das vermeidet man gewöhnlich. Und plötzlich steht man allein da und erkennt gar nicht, dass die Hauptursache das schlechte Hören ist, sagt Professorin Anke Lesinski-Schiedat vom Deutschen Hörzentrum Hannover.

Schwerhörigkeit begünstigt Demenz

Geriatrer gehen mittlerweile davon aus, dass Schwerhörige auch ein bis zu vierfacherhöhtes Risiko haben, eine Demenz zu entwickeln oder zumindest kognitive Einbußen hinzunehmen. Denn, sagt Prof. Klaus Hader vom Zentrum für Medizin im Alter in Hannover: Das Gehirn bildet Nervenverbindungen aus oder es baut sie zurück – wenn es nicht beansprucht wird. Inzwischen gibt es Studien, dass das Gehirnvolumen bei Leuten mit starker Schwerhörigkeit abnimmt.

Was passiert bei Schwerhörigkeit?

Mediziner unterscheiden zwei Formen von Schwerhörigkeit. Die erste heißt Schallleitungsschwerhörigkeit. Die Ursachen liegen hier im äußeren Bereich des Ohres. Etwa, wenn ein Pfropf aus Ohrenschmalz den Gehörgang verstopft. Oder das Trommelfell beschädigt ist. Das führt jeweils dazu, dass die Schallwellen nicht richtig durchkommen. Die zweite Form der Schwerhörigkeit hat ihre Ursache weiter innen im Ohr. Sie heißt Schallempfindungsschwerhörigkeit. Sind beispielsweise die feinen Haarzellen in der Hörschnecke beschädigt, können sie den Schall nicht mehr richtig in elektrische Signale für das Gehirn umwandeln. Solche Schäden können unter anderem durch Lärm entstehen. Auch wenn der Hörnerv selbst angegriffen ist, zum Beispiel durch einen Tumor, können die Schallsignale nicht mehr korrekt weitergeleitet werden. Solche Veränderungen in unserem Ohr lassen sich in der Regel nicht mehr rückgängig machen.

Doch sie lassen sich behandeln – mit Hörgeräten.

Welche Hörgeräte gibt es?

Bei Hörgeräten gibt es grob gesagt zwei unterschiedliche Varianten: Im-Ohr-Geräte und Hinter-dem-Ohr-Geräte. Beide unterscheiden sich von der Leistung kaum, sagt Hörgeräteakustiker Sebastian Blobel aus Leipzig. Im-Ohr-Geräte haben den Vorteil, dass man sie wirklich fast gar nicht sieht. Dabei sind die modernen Hörgeräte nicht nur hochpotente Verstärker, sie können auch direkt mit dem Telefon oder dem Fernsehgerät gekoppelt werden, sodass der Ton gleich im Hörgerät ankommt.

Viele Betroffene zögern trotzdem, zum Hörgeräteakustiker zu gehen, weil sie sich scheuen, viel Geld für ein Gerät auszugeben, das sie dann vielleicht nicht benutzen. Dabei gibt es Modelle, deren Kosten die Krankenkasse komplett übernimmt und die in jedem Fall auch eine deutliche Hörverbesserung bringen. Zwar sind die Kassengeräte in puncto Bedienkomfort nicht ganz so gut wie die teureren Geräte, doch erfüllen sie in jedem Fall ihren Zweck. Hochwertigere Geräte erfassen beispielsweise die Hörsituation – ob es sich also um eine gesellige Runde handelt oder um ein klassisches Konzert – und passen sich entsprechend an. Bei den Kassenmodellen sind das Dinge, die man noch am Gerät einstellen muss.

Eine neue OP-Methode bei entzündungsbedingter Hörminderung

Häufige Ohrentzündungen, schlechtes Hören oder auch heftige Ohrenschmerzen beim Fliegen oder Tauchen: All das kann seinen Grund in einer zu engen eustachischen Röhre (Ohrtrumpete oder Tuba auditiva) haben. Das Problem hatte auch Heide-Rose Tandetzky aus Könnern in Sachsen-Anhalt. Dank eines neuen OP-Verfahrens, das eigentlich aus der Herzdiagnostik kommt, konnte ihr geholfen werden.

Die 69-Jährige leidet seit ihrer Kindheit an ständigen Ohr-Entzündungen. Da das Mittelohr schlecht belüftet ist, bildet sich darin immer wieder Feuchtigkeit, die weitere Entzündungen begünstigt. Mehrere Operationen am Ohr und zwei Hörgeräte sind die

Folge. Schließlich macht ihr Professor Klaus Begall, HNO-Spezialist am Ameos-Klinikum Halberstadt, einen Vorschlag: Mit einem Ballonkatheter könnte ihre Ohrtrompete geweitet und damit eine bessere Belüftung des Innenohrs erreicht werden. Heide-Rose Tandetzky wagt den Eingriff: Unter Vollnarkose führen die Ärzte über die Nase einen Katheter in die Ohrtrompete ein. Dort wird ein winzig kleiner Ballon bei einem Druck von 10 bar mit isotonischer Salzlösung Kochsalzlösung gefüllt und bleibt dort für zwei Minuten liegen. Dadurch wird die Ohr-Tube geweitet. Für die Rentnerin hat diese sogenannte Tubendilatation gleich zwei entscheidende Vorteile: Ihr Mittelohr ist jetzt besser durchlüftet und die chronischen Entzündungen klingen ab. Zugleich hat sich ihr

Hörvermögen wieder deutlich verbessert. Warum, das erklärt Professor Begall so: „Immer wenn das Mittelohr nicht richtig belüftet ist, kommt es zu einem gewissen Unterdruck und der bewirkt, dass die Gehörknöchelkette sich nicht frei genug bewegen kann und den Schall nur mit Verlusten überträgt. Ist die Belüftung wieder hergestellt, wird auch der Schall wieder besser übertragen.“

Das neue Ballonkatheterverfahren ist für die Ärzte ein echter Fortschritt: Man habe schon vielen Menschen helfen können und die Komplikationsrate sei gering, sagt HNO-Arzt Dr. Jörg Langer aus Halberstadt. Für Heide-Rose Tandetzky ist das Leben durch den Eingriff schöner geworden, denn sie kann Unterhaltungen jetzt wieder viel besser folgen.

Bei Schwerhörigkeit ist frühes Handeln wichtig: Wenn Sie den Verdacht haben, dass sich Ihre Hörleistung vermindert hat, können Sie bei den meisten Hörgeräteakustikern kostenlose Hörtests machen lassen. Es gibt sogar die Möglichkeit des Hörtests per Telefon:

[/www.hoertest-per-telefon.de](http://www.hoertest-per-telefon.de) unter 09001 – 217221

Buchtipp

Dr. Carsten Lekatat: Meine besten Hausarzttypen oder: Wie Kekse Ihr Leben retten können
Er & Ich Verlags GmbH, 14,99 Euro, ISBN: 3981775309

„Hauptsache Gesund“-Journal

zu bestellen unter der Abo-Hotline: 0341 – 3500 3500

Gäste im Studio

Evelyn Guthmann, Apothekerin und Buchautorin, Meißen

Nicole Lins, Ernährungsberaterin und Tee-Fachfrau, Magdeburg

Sebastian Blobel, Hörgeräteakustiker, Leipzig

Anschrift

MDR FERNSEHEN, Redaktion Wirtschaft und Ratgeber „Hauptsache Gesund“

Internet: www.mdr.de/hauptsache-gesund;

E-Mail: hauptsache-gesund@mdr.de

Themen der nächsten Sendung am 17.11.2016

Medizin im Osten, Teil 1: Die ambulante Versorgung

Kommen Schwester Agnes und die Polikliniken zurück?