



Homöopathie in der Geriatrie

Viele alte Menschen nehmen zu viele Medikamente

Dr. med. Michael Teut*

Heute stehen den Ärzten für die meisten chronischen Erkrankungen Behandlungsempfehlungen auf der Basis von Leitlinien zur Verfügung. Leitlinien werden von Wissenschaftlern und Ärzten auf der Basis der Ergebnisse großer Studien erstellt. Ärzte in Praxis und Krankenhaus sind aufgefordert, sich an diese Therapieempfehlung zu orientieren.

Für Senioren entstehen hieraus häufig Schwierigkeiten: Mit fortschreitendem Alter erhöht sich die Anzahl der chronischen Krankheiten. Möchte der Hausarzt aber alle Krankheiten nach dem besten Stand des aktuellen Wissens behandeln, muss er nicht selten besorgniserregend viele Medikamente verschreiben.

Nehmen wir Frau Waltraud K. als Beispiel: Sie ist 79 Jahre alt und an Bluthochdruck, Altersdiabetes (Zuckerkrankheit), Osteoporose (Knochenschwund), Arthrose (Gelenkverschleiß) und einer chronischen Bronchitis erkrankt. Würde man jede dieser Krankheiten leitliniengerecht behandeln, kommt man auf eine Gesamtmenge von 8-14 Medikamenten und diversen Diät- und Lebensstilempfehlungen. Dabei vertragen sich verschiedene Medikamente untereinander nicht, z.B. die Schmerzmittel (Diclofenac), die den Blutdruck erhöhen, oder die Blutdruckmedikamente, die Husten als Nebenwirkung haben. In der Summe ist die wahrscheinlichste Nebenwirkung eine Magenschleimhautschädigung, so dass dann am Ende noch ein Magen schonendes Medikament gegen mögliche Nebenwirkungen verschrieben wird.

Es taucht noch ein weiteres Problem auf: Die meisten Studien, auf denen die Leitlinienempfehlungen basieren, wurden nicht mit alten Menschen durchgeführt, so dass nicht einmal mit Sicherheit davon ausgegangen werden kann, ob die verwendeten Medikamente beim älteren Menschen genauso wirksam sind wie bei jüngeren Menschen. Im Alter werden viele Medikamente anders aufgenommen, verarbeitet, transportiert und ausgeschieden, Leber- und Niere arbeiten anders. Hinzu kommen Änderungen in den Ernährungs- und Trinkgewohnheiten, die sich auch auf die Wirkung der Medikamente auswirken können.

Das Problem ist bedeutend: Laut der Berliner Altersstudie nimmt über die Hälfte der 70-Jährigen mehr als fünf Medikamente gleichzeitig ein! Ärzte sind regelmäßig mit dem Problem der Überdosierung von Medikamenten konfrontiert: Schätzungsweise 4 bis 6 Prozent aller Krankenhauseinweisungen erfolgen aufgrund unerwünschter Arzneiwirkungen (Nebenwirkungen). Außerdem nehmen über 50 Prozent der Patienten die Medikamente nicht so ein, wie der Arzt es empfohlen hat.

Altersheilkundliche Ärzte (Geriatern) haben das Problem längst erkannt und die Kassenärztliche Vereinigung Hessen hat 2005 eine Hausärztliche Leitlinie „Alter – Pharmakotherapie im Alter“ ver-

* Die Kurzfassung dieses Beitrags finden Sie in der Publikumszeitschrift des DZVhÄ, Frühjahrsausgabe 2009 (S.13).

öffentlich, die für den Umgang mit Medikamenten dem Hausarzt folgendes empfiehlt:

- Weniger ist mehr: Möglichst nicht mehr als drei Medikamente einsetzen.
- Medikamente in niedrigster Dosis einsetzen und die Dosis vorsichtig und langsam erhöhen.
- Nur seh-, tast- und zählbare Medikamente verschreiben und ein Dosierkästchen verwenden.
- Was ist das Therapieziel? Und: Ist eine Arzneitherapie zur Erreichung wirklich erforderlich?
- Gibt es nichtmedikamentöse Alternativen, z.B. Sport, Ernährung, Lebensstilveränderung?
- Die Wirkungen der Arzneien und das Therapieziel den Patienten erklären.

Was bedeuten diese Erkenntnisse für den homöopathischen Arzt? Zunächst bestätigen sich homöopathische Dosierungsgrundsätze: Möglichst wenige Arzneien (im Idealfall eine Arznei für alle Beschwerden) in niedriger Dosierung wählen und den Verlauf genau und individuell beobachten. Darüber hinaus gilt es, Heilungshindernisse beseitigen und die Selbstheilung maximal zu unterstützen, z.B. durch mehr Sport bei Bewegungsmangel, bessere Nahrung bei Ernährungsfehlern oder die Vermeidung von schädlichen Substanzen (z.B. Rauchen oder Alkohol). Zudem lässt sich die Homöopathie gut zusätzlich zur schulmedizinischen Behandlung anwenden.

Wissenschaftliche Daten über die Anwendung der Homöopathie bei Senioren, die in der von der Karl und Veronica Carstens-Stiftung geförderten Berliner Outcomestudie an 4.000 Homöopathie-Patienten über mittlerweile 8 Jahre erhoben wurden, weisen darauf hin, dass unter der ambulanten homöopathischen Behandlung die Anzahl der angewendeten Medikamente deutlich vermindert wird, die Stärke der Beschwerden deutlich zurück geht und die Lebensqualität in den ersten drei Monaten der Behandlung verbessert wird.

Es stellt sich die Frage, welche Rolle die Homöopathie in der medizinischen Versorgung von Senioren spielen könnte. Die Erfahrungen aus zwei stationären geriatrischen Modellprojekten sind motivierend. In einer Pilotstudie wollen wir nun in Berlin die Wirkung von Homöopathie und Lebensstilveränderungen in Senioren-Wohngemeinschaften untersuchen. Die Studie wird dankenswerterweise von der Homöopathie-Stiftung und omoeon e.V. sowie von weiteren Einzelpersonen finanziell unterstützt. Wenn auch Sie als Einzelperson oder Organisation unser Forschungsprojekt finanziell unterstützen möchten und uns helfen möchten, die Bedeutung der homöopathischen Therapie bei Menschen im fortgeschrittenen Alter zu erforschen, freuen wir uns, wenn Sie mit uns Kontakt aufnehmen!



Dr. med. Michael Teut
Charité Ambulanz für Prävention und Integrative
Medizin (CHAMP)
Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und
Gesundheitsökonomie
Charité - Universitätsmedizin Berlin
Luisenstraße 13, 10117 Berlin
Telefon: 030-450 529 234
E-Mail: michael.teut@charite.de

Weitere Informationen:
www.homoeopathie-stiftung.de
www.omoeon.de