



GETTY IMAGES/RF

4 Liter Rotwein pro Tag: «Am Schluss wachte ich nachts auf und musste trinken», sagt Ursus Kaiser

Alkoholsucht: Neue Pillen sind

Wissenschaftler und Psychologen kritisieren fehlende Untersuchungen und starke Nebenwirkungen

Mit Hilfe des neuen Medikaments Selincro sollen Patienten ihren Alkoholkonsum reduzieren. Doch ohne zusätzliche Therapien bringt es nichts, die Tabletten zu schlucken.

Seit rund acht Monaten ist Ursus Kaiser (Name geändert) trocken. Vor dem Entzug trank der 43-Jährige rund 4 Liter Rotwein – pro Tag. «Am Schluss wachte ich selbst in der Nacht auf und musste Wein trinken», berichtet er. Drei Jahre lang bestimmte Alkohol sein Leben. Die Leberwerte waren «katastrophal», erinnert sich Kaiser. Viermal ver-

suchte er den Entzug. In der Klinik boten ihm Ärzte nach dem Entzug jeweils das Medikament Antabus an, um abstinent zu bleiben. Wer es nimmt, verträgt keinen Alkohol mehr. Der Körper reagiert auf jeden Schluck mit Übelkeit und Erbrechen oder einem rotem Kopf (siehe Tabelle).

Doch die Nebenwirkungen können lebensgefährlich sein, bis

hin zu Herzversagen. Deshalb verzichten viele Patienten auf die Tabletten. Auch Kaiser hatte sich dagegen entschieden. «Antabus ist ein Abschreckungsmedikament. Man muss sicher sein, dass man keinen Rückfall bekommt», sagt er.

Die Pharmaindustrie hat mittlerweile andere Medikamente auf den Markt gebracht. Das neueste ist Selincro. Es soll nicht zur Abstinenz führen, sondern zu moderaterem Trinken verhelfen. Selincro wirkt laut Hersteller Lundbeck im Belohnungssystem des Gehirns und soll den Teufelskreis des steigenden Konsums unterbrechen. Lundbeck sagt, dass Patienten ihren Alkohol-

konsum mit den Tabletten um bis zu 60 Prozent reduzieren können. Selincro ist seit Sommer 2014 in der Schweiz zugelassen. Es wird von der Grundversicherung bezahlt. Ärzte dürfen es jedoch nur verschreiben, wenn Patienten abhängig sind und zusätzlich eine Therapie machen.

Jede zehnte Testperson hatte Beschwerden

Doch Fachleute kritisieren das Medikament stark. Das deutsche Fachblatt «Gute Pillen – Schlechte Pillen» schrieb kürzlich: «Wir raten von Selincro ab.» Grund sei die dürftige Datenlage. Studien zeigten, dass Patienten, die Selincro



Name des Medikaments	Selincro	Campral	Naltrexin	Lioresal	Antabus
Wirkstoff	Nalmefen	Acamprosat	Naltrexon	Baclofen	Disulfiram
Hersteller	Lundbeck	Merck	Orpha Swiss	Novartis	Actavis
Therapieziel	Verringern der Trinkmenge	Abstinenz	Abstinenz	Abstinenz (nicht dafür zugelassen!)	Abstinenz
Wirkung laut Hersteller	Soll Verlangen nach Alkohol reduzieren	Soll Verlangen nach Alkohol reduzieren	Soll Verlangen nach Alkohol reduzieren	Entspannt Muskeln, Wirkung auf Alkoholsucht unbekannt	Hemmt vollständigen Alkoholabbau im Körper
Wirkung laut Studien	Schwach	Schwach	Schwach	Sehr schwach	Sehr gut
Nebenwirkungen	Übelkeit, Schwindel, Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen	Magenprobleme, Durchfall, Übelkeit, Ausschlag, Libidoverlust	Darmprobleme, Kopfschmerzen, Unruhe, Gelenkschmerzen, Blutdruckanstieg	Müdigkeit, Schwindel, Depressionen, Verwirrtheit, Kopfschmerzen	Man fühlt sich krank, Hitzewallung, Pulsrasen, Kopfschmerzen, Atemstörungen, Kreislaufkollaps, Herzversagen
Therapienutzen	Bescheiden	Bescheiden	Bescheiden	Ungewiss	Zu riskant, wird immer weniger eingesetzt

Quelle: Dr. med. Oliver Grehl, Cochrane Library

d kaum besser als ältere

nehmen, im Durchschnitt pro Tag bloss etwa ein halbes Glas Wein weniger tranken als Teilnehmer, die ein Scheinmedikament eingenommen hatten. Zudem konnte man nicht untersuchen, ob Selincro langfristig die schädlichen Nebenwirkungen des Alkohols verringern kann. Dazu gehören Leberschäden, gewisse Krebsarten oder Unfälle – zum Beispiel wegen Gleichgewichtsstörungen. Ausserdem sei der Wirkstoff Nalmefen schlecht verträglich: Viele Testpersonen brachen die Teilnahme an der Studie vorzeitig ab. Jeder Zehnte klagte

Weiter auf Seite 24

Tipps

Alkohol: So bekommen Sie Ihr Trinkverhalten in den Griff

Trinken Sie massvoll:

- Männer sollten nicht mehr als zwei alkoholische Drinks pro Tag zu sich nehmen. Das sind 2 Gläser Wein oder 2 Stangen Bier. Frauen sollten maximal die Hälfte davon trinken. Wer mehr trinkt, gefährdet Gehirn, Leber und Bauchspeicheldrüse. Zudem ist das Risiko für Krebs erhöht.
- ▶ Schalten Sie zwei alkoholfreie Tage pro Woche ein.
 - ▶ Setzen Sie zeitliche Grenzen: Trinken Sie nie vor 17 Uhr.

- ▶ Trinken Sie nie nach 22 Uhr, das stört den Schlaf.
- ▶ Verwenden Sie kleine Gläser.
- ▶ Trinken Sie Wein und Bier langsam.
- ▶ Verzichten Sie auf Hochprozentiges.
- ▶ Löschen Sie den Durst nicht mit alkoholischen Getränken.
- ▶ Führen Sie ein Trinktagebuch.

Adressen:

- ▶ Organisation Sucht Schweiz: Sie berät Menschen mit Alko-

- hol- und Drogenproblemen; Tel. 0800 104 104 (gratis)
- ▶ Anonyme Alkoholiker: Dort können Betroffene ihre Erfahrungen austauschen. Infos: www.anonyme-alkoholiker.ch, 24-Stunden-Hotline 0848 848 885 (8 Rp./Min.)

Auch für Angehörige von Menschen mit Alkoholproblemen gibt es Hilfe:

- ▶ www.al-anon.ch, Hotline 0848 848 843 (8 Rp./Min.)



über Übelkeit, Schwindel, Schlaflosigkeit oder Kopfschmerzen.

Kommt dazu: Lösen Patienten ihr Grundproblem nicht, erhöht sich der Alkoholkonsum wieder, sobald sie das Medikament absetzen. Psychologin Margrit Bertrand führt für die Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme Kurse durch: «Betroffene sollten mittels Therapie herausfinden, warum sie eigentlich Alkohol trinken.» Und zu Selincro sagt sie: Es könne nichts gegen das «Craving» ausrichten, das plötzliche und zwanghafte Verlangen nach Alkohol. Denn das Mittel wirke zu wenig rasch.

Hersteller Lundbeck verweist auf die englische Gesundheitsorganisation Nice, die Selincro bei starkem Trinken empfehle. Mit der Pille liesse sich die tägliche Trinkmenge um etwa 18 g, also anderthalb Drinks, reduzieren. Das sei mehr, als eine Psychotherapie alleine bewirke.

Untersuchung zeigt: Lioresal wirkt kaum

Andere Medikamente gegen Alkoholsucht haben das Ziel, dass Patienten abstinent bleiben. Dazu gehören Campral, Naltrexin und Lioresal. Doch die ersten beiden Mittel haben im besten Fall eine bescheidene Wirkung. Dies belegt eine Untersuchung der Cochrane Collaboration, einer internationalen Vereinigung unabhän-

giger Wissenschaftler. Bei Lioresal kam Cochrane zum Schluss, es gebe keinen Nachweis, ob das Mittel überhaupt wirke.

Ein ähnliches Fazit zieht Olivier Grehl von der Stiftung Berner Gesundheit: Campral sei in der Praxis oft nicht wirksam. «Zu Lioresal gibt es kaum Studien, die nahelegen, dass es irgendwie wirken könnte», stellt Grehl fest. Hersteller Merck schreibt, das Medikament Campral könne Betroffene nach dem Entzug im Rahmen einer Gesamtbehandlung «unterstützen».

Mittlerweile bieten immer mehr Beratungsstellen Kurse an, wie Betroffene ihr Verhalten so ändern können, dass sie weniger trinken. Der Patient führt dabei auch ein Trinktagebuch, in dem er sich vornimmt, wo und wann er wie viel trinkt. Das erfordere zwar eine «hohe Disziplin», wie Grehl sagt. Dennoch schaffe es jeder zweite Kursteilnehmer, längerfristig seinen Konsum zu reduzieren. Manche erreichen dadurch sogar die Abstinenz.

Viele Menschen realisieren gar nicht, dass sie bereits ein Alkoholproblem haben. Anzeichen dafür: Risikopersonen trinken jeden Tag offen oder versteckt Alkohol. Sie hören nie auf nach dem ersten Glas. Sie haben Gedächtnislücken und Schuldgefühle nach dem Trinken oder sind oft gereizt. *Andreas Grote*

GETTY IMAGES/RF

Pille danach sc

Verhütung nach dem Sex: Neue Studien verunsichern

Übergewichtige Frauen können mit der Pille danach eher schwanger werden als normalgewichtige. Zu diesem Schluss kommen schottische Forscher. Frauen können allerdings auf die Kupferspirale ausweichen.

Die Hinweise verdichten sich: Die Pille danach ist doch nicht für alle Frauen sicher. Bereits im letzten Herbst kam ein Forscherteam der Universität Edinburgh zum Schluss, dass sie Übergewichtige weniger gut schützt. Betroffen sind Frauen, die über 75 Kilogramm schwer sind. Bei Frauen mit einem Gewicht ab 80 Kilogramm wirkten die Pillen praktisch nicht mehr.

Die schottischen Forscher untersuchten zwei unterschiedliche Präparate: Norlevo mit dem Wirkstoff Levonorgestrel und Ellaone mit dem Wirkstoff Ulipristal-Azetat. Übergewicht beeinträchtigte die Wirkung von Ellaone etwas weniger als von Norlevo, stellten die

Forscher fest. Beide Pillen sind in der Schweiz erhältlich (siehe Kasten unten).

Die Resultate der schottischen Studie lösten in Fachkreisen eine heftige Kontroverse aus. Die europäische Arzneimittelagentur unterzog beide Pillen einer eigenen Prüfung. Sie wertete alle dazu vorliegenden Studien aus. Im Juli veröffentlichte sie die Resultate und gab Entwarnung, weil die Daten zu wenig eindeutig seien. Levonorgestrel und Ulipristal-Azetat seien weiterhin als Notfallverhütung für jede Frau geeignet – «unabhängig vom Körpergewicht», hiess es.

Viele Fachleute sind allerdings hellhörig geworden und mahnen zur Vorsicht. Jürgen Weiss, Leiter

Tipps

Pille danach: Rasch handeln

Fürs Verhüten nach dem Sex gibts mehrere Möglichkeiten:

Norlevo: Die Pille enthält das Hormon Levonorgestrel. Frauen müssen sie nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr innerhalb von 72 Stunden schlucken. Sie ist rezeptfrei und in Apotheken oder auf der Notfallstation von Spitälern erhältlich. Die Schwangerschaftsrate liegt bei 1,5 Prozent, wenn man die Pille innert 24 Stunden schluckt,

nach 48 bis 72 Stunden steigt sie auf 2,6 Prozent.

Ellaone enthält Ulipristal-Azetat. Wer diese Pille danach will, muss 18 Jahre alt sein und zum Arzt. Ellaone wirkt 5 Tage lang. Schwangerschaftsrate in der gesamten Zeit: 1,6 Prozent.

Kupferspirale: Schützt nach dem Geschlechtsverkehr 5 Tage lang vor einer Schwangerschaft. Die Spirale muss der Frauenarzt einsetzen.

hützt nicht immer

Frauen und Ärzte

der gynäkologischen Endokrinologie am Kantonsspital Luzern, sagt, die Datenlage sei tatsächlich zu dünn, um aus den Studien Genaueres ableiten zu können. Frauen ab einem Körpergewicht von 75 Kilo würde Weiss jedoch zu Ellaone raten, «weil es wahrscheinlich die sicherere Alternative ist». Die Kommission Kontrazeption der Schweizerischen Gesellschaft für Reproduktionsmedizin empfiehlt dem Spital- und Apothekenpersonal:

«Informieren Sie übergewichtige Patientinnen über die möglichen Risiken.»

Am sichersten ist die Kupferspirale

Auch die Heilmittelbehörde Swissmedic ist zur Erkenntnis gelangt, dass es durchaus «Hinweise gibt, dass bei der Notfallverhütung die Wirksamkeit von Pillen mit Levonorgestrel mit zunehmendem Körpergewicht» abnehmen könnte.

Dies gelte vor allem für Frauen ab einem Bodymass-Index über 30, wie Sprecher Peter Balzli sagt. Das entspricht bei einer 1,70 Meter grossen Frau einem Gewicht von etwa 85 Kilogramm.

Das Unternehmen Medius vertritt in der Schweiz den Hersteller von Norlevo wie auch von Ellaone. Es schreibt dem Gesundheitstipp, das Unternehmen werde alle Studien unterstützen, die dazu beitragen, den Einfluss von Übergewicht bei der Notfallverhütung zu verstehen. Norlevo soll demnächst einen Warnhinweis auf dem Beipackzettel erhalten, bei Ellaone ist er bereits vermerkt.

Für schwer übergewichtige Frauen mit einem Bodymass-Index ab 35 gibt es allerdings Alternativen zu den beiden Pillen: die Kupferspirale. Sie gilt ohnehin als sicherste Methode der Notfallverhütung. Ärzte können sie Frauen einsetzen, wenn diese das Gefühl haben, mit der Verhütung habe es nicht geklappt. Einen Bodymass-Index von 35 haben Frauen, die 1,70 Meter gross und rund 100 Kilogramm schwer sind.

Pirmin Schilliger

Medi-News



ISTOCK/RF

Schlaflosigkeit

Verschärfte Regeln für Stilnox

Die EU-Arzneimittelbehörde verlangt einen Warnhinweis für Schlafmittel mit dem Wirkstoff Zolpidem, das heisst für Stilnox und Generika. Man sollte sie nur noch einmal pro Nacht unmittelbar vor dem Zubettgehen schlucken. Zudem sollte man frühestens nach acht Stunden wieder Auto fahren.

EUROPÄISCHE
ARZNEIMITTEL-BEHÖRDE

Steife Schulter

Kortison nicht besser als Turnen

Wer unter einer steifen und schmerzenden Schulter leidet, bekommt vom Arzt oft Spritzen mit Kortison. Jetzt zeigt eine Studie aus den USA, dass Kortison nicht mehr nützt als Physiotherapie. Die Schmerzen besserten trotz Spritze nicht schneller.

HORTEN-ZENTRUM

Depression

Pillen schaden Spermien

Medikamente gegen Depressionen können die Spermien schädigen. Dies betrifft Mittel wie Seropram, Fluctine, Deroxat oder Zoloft. Ob Männer weniger zeugungsfähig werden, ist zwar nicht nachgewiesen – laut Fachleuten aber naheliegend. ARZNEI-TELEGRAMM



GETTYIMAGES

Verhüten nach dem Sex: Bei Frauen mit Normalgewicht schützt die Pille danach viel besser vor einer Schwangerschaft

Gratis-Merkblatt: «20 Verhütungsmethoden im Vergleich»

Zum Herunterladen unter www.gesundheitstipp.ch oder zu bestellen gegen ein frankiertes und adressiertes C5-Antwortcouvert bei: Gesundheitstipp, «Verhütung», Postfach 277, 8024 Zürich.