



Naturprodukte und Parkinson

In der Komplementärmedizin gibt es Begriffe, die sehr unterschiedlich verwendet werden: Naturprodukte, Naturheilmittel, naturnahe Therapien, natürliche Therapien, pflanzliche Produkte, pflanzliche Therapien. Auch viele Medikamente der Schulmedizin stammen aus Pflanzen, etwa Penicillin. Doch nicht alle pflanzlichen, also natürlichen Produkte oder Stoffe sind «von Natur aus» gesund für den Menschen. Sie können giftig, eventuell sogar tödlich sein, wie z. B. die Eibe, die schwarze Tollkirsche (*Atropa belladonna*), der Fingerhut (*Digitalis*), die Engelstropfpete (*Brugmansia*) oder der Stechapfel (*Datura*). Anderen werden hingegen heilsame Wirkungen nachgesagt, teilweise gestützt auf Forschungsergebnissen.

Mucuna pruriens und Vicia faba

Verschiedene Pflanzen enthalten in ihren Strukturen, unter anderem in den Samen oder Bohnen, L-Dopa, die gegen Parkinson wirksamste Substanz. Die Juckbohne (*Mucuna pruriens*), bekannt aus der altindischen Ayurveda-Medizin, wurde aufgrund ihres hohen L-Dopa-Gehalts als besonders geeignet beurteilt. Die Bohnen enthalten noch grössere Mengen an L-Dopa als die Samen der Acker- oder Saubohne (*Vicia*



Mucuna pruriens: Extrakte dieser Pflanze können bei Parkinson wirksam sein.
Foto: wikimedia.org

faba). Verschiedene Studien haben die Wirksamkeit der Juckbohne im Vergleich zu den Standardmedikamenten bestätigt, dazu kommt deren gute Verträglichkeit. Das Problem ist die Dosierung. Wie bei allen pflanzlichen Produkten enthalten die Pulvermengen nicht immer gleich viel Wirksubstanz (L-Dopa). Entsprechend findet man bei den verschiedenen Angeboten an pflanzlichen *Mucuna*-Produkten (Atremo Plus, Dopa *Mucuna* von Now Foods oder *Mucuna Dopa* von Biovea) keine Dosis-Angaben (mg L-Dopa), sondern nur Angaben, wie viele Gramm Pulver einzunehmen sind. Oft sind noch andere Substanzen (bei Atremo plus etwa Vitamin E) in diesen Pflanzenextrakten enthalten. Bei Vitamin E kann dies zu einer Überdosierung führen. Zudem ist der Preis dieser pflanzlichen Produkte im Vergleich zum Medikament der Schulmedizin hoch. Die mittlere Tagesdosis (4 x 125 mg) eines L-Dopa-Medikaments kostet pro Tag CHF 1.50, 20 Gramm Atremo hingegen CHF 15.–.

Fazit: Diese pflanzlichen Produkte sind wirksam, eine exakte individuelle Dosierung ist aber kaum möglich. In europäischen Ländern sind sie keine Alternative zu den erhältlichen Medikamenten der Schulmedizin. Wo diese jedoch fehlen, sind sie eine Alternative. Bei der Kombination mit den Standardmedikamenten gilt es aufzupassen.

Bockshornklee

Bockshornklee (*Trigonella foenum-graecum*) ist eine Pflanzenart aus der Familie der Schmetterlingsblütler (Fabaceae). Die im Internet angepriesenen Wirkungen sind ähnlich wie diejenigen von Knoblauch, Zwiebeln, Ingwer, Pfefferminze oder Chili, eine Art Wunderpflanze. Der Bockshornklee soll den Blutzucker bei Diabetes senken, die Fettleibigkeit und erhöhtes Cholesterin korrigieren, Haarausfall bekämpfen, entzündungshemmend, appetitanregend, potenzsteigernd und gegen Schwitzen wirken.

Es wird von einer indischen Studie mit 50 Parkinsonpatienten im Jahr 2013 be-



Vicia faba: Auch Extrakte dieser Pflanze können bei Parkinson wirksam sein.
Foto: researchgate.net

richtet, in der die Studienteilnehmenden, die zusätzlich zu L-Dopa auch Bockshornklee einnahmen, nach 6 Monaten weniger Symptome gezeigt haben als jene ohne Bockshornklee. Es werden keine Angaben zur Dosis bzw. der im Klee enthaltenen Wirksubstanz gemacht. Die Verträglichkeit war gut. Die Studie wurde nie repliziert, um die Forschungsergebnisse zu prüfen.

Fazit: Keine sicher nachgewiesene Wirkung bei Parkinson.

Medizinische Pilze

Unter dem nicht wissenschaftlich begründeten Begriff Heilpilze oder Vitalpilze wird eine Vielzahl von Pilzen mit angeblich fast allen denkbaren medizinischen Wirkeffekten zusammengefasst. Bei Parkinson soll *Heritium erinaceus* (andere Bezeichnungen: Igel-Stachelbart, Affenkopfpilz, Löwenmähne) helfen. Je nach Internetseite können noch andere Pilze eingesetzt werden. Meistens wirken diese zudem gegen weitere Leiden wie Entzündungen der Magenschleimhaut, Magen- und Darmgeschwüre sowie Krebs (insbesondere Magen und Speiseröhre). Es gibt keine verlässlichen Studien und keine Dosisangaben.

Fazit: Keine erwiesene Wirkung bei Parkinson. Aufgepasst: Pilze – wie auch andere Pflanzen – können schädlich, ja giftig sein.

Prof. em. Dr. med. Mathias Sturzenegger