

Phytopharmaka*

Einsatzbereich	Substanz	Präparat	Wirkung/ -mechanismus	Studie	Resultat der Studie
Atemwegsinfekte: Akute Bronchitis, akute Rhinosinusitis, akute Tonsillitis	Spezialextrakt (EPs® 7630) aus der Wurzel von Pelargonium sidoides (südafrikanische Kapland-Pelargonie), Cumarin ist in EPs® 7630 nicht enthalten, sondern ausschließlich dessen Derivate, vor allem Umckalin	Umckaloabo®	Antiviral, antibakteriell, zytoprotektiv, sekretomotorisch, sekretolytisch	Matthys et al., Safety and tolerability of EPs® 7630 in clinical trials. Adv Pharmacoeconomol Drug Saf 2: 142, 2013	Ziel dieser Metaanalyse war, die Wirksamkeit und Sicherheit von EPs® 7630 zur Behandlung akuter Atemwegsinfekte zu untersuchen. Für die Sicherheitsanalyse wurden alle identifizierten randomisierten, placebo-kontrollierten klinischen Studien eingeschlossen, für die Wirksamkeitsanalyse konnten zehn Studien herangezogen werden. Das primäre Prüfkriterium war in allen Untersuchungen die Veränderung der krankheitsspezifischen Symptome am Tag 4 oder 7 der Behandlung. In allen drei Einsatzgebieten (akute Bronchitis, akute Nasennebenhöhlenentzündung, akute Mandelentzündung) war EPs®7630 in Bezug auf die Reduktion der jeweiligen krankheitsspezifischen Symptome dem Placebo signifikant überlegen.
Akute Bronchitis, Husten	Efeublätter-Spezialextrakt (EA 575®), mit dem wichtigen Bestandteil des Saponins α -Hederin	Prospan®	sekretolytisch, sekretomotorisch, broncho- spasmolytisch, indem es die Internalisierung β 2-adrenerger Rezeptoren hemmt und zur Surfactantbildung anregt	Schaefer A. et al., Efficacy of two dosing schemes of a liquid containing ivy leaves dry extract EA 575 vs. placebo in the treatment of acute bronchitis in adults. European respiratory Journal Open Research, 2019	Diese randomisierte, doppelblinde klinische Multizenter-Studie zur Wirksamkeit und Verträglichkeit des Efeu-Spezialextrakts EA 575® bei der Behandlung von akutem Husten hat an 181 erwachsenen Patienten (zwischen 18 und 75 Jahren) ergeben, dass bei siebentägiger Behandlung mit dreimal täglich Prospan® Hustenliquid sich bereits nach 48 h nach der ersten Medikationsgabe eine schnellere Symptomverbesserung gegenüber Placebo signifikant zeigte. Die Krankheitsdauer hat sich bei der Verumgruppe um drei Tage verkürzt. Als Endpunkt diente der Schweregrad des Hustens. Am Ende des Beobachtungszeitraums waren 56 Prozent der Patienten komplett hustenfrei im Vergleich zu Placebo mit 26 Prozent.
Akute Rhinosinusitis	Kombinierter 5-Pflanzenextrakt (BNO 1016) bestehend aus: Enzianwurzel, Eisenkraut, Holunderblüten, Sauerampferkraut, Primelblüten	Sinupret® extract	Sekretolytisch, sekretomotorisch, antiphlogistisch	Jund R. et al., Clinical efficacy of a dry extract of 5 herbal drugs in acute viral rhinosinusitis. Rhinology, 2012	In dieser randomisierten, doppelblinden, placebokontrollierten Studie wurden 380 Patienten mit höchstens dreitägiger Erkrankung und mildem bis mäßigem Gesichtsschmerz und einem Major Symptom Score (MSS) von 8–12 über 15 Tage mit BNO 1016 (n = 190) therapiert. Die Dosierung betrug dreimal täglich eine Filmtablette. Hier zeigte die Therapie in der Verumgruppe im Vergleich zur Placebogruppe (n = 190) unter anderem einen schnelleren Rückgang: Nach einer Woche Therapie mit BNO 1016 konnte im Vergleich zur Placebogruppe ein Genesungsvorsprung von zwei Tagen nachgewiesen werden und BNO 1016 erwies sich als sehr gut verträglich.

Akute Bronchitis, produktiver Husten	Speziell kombinierter Fluidextrakt aus Thymiankraut und Efeublättern	Bronchipret®TE Saft/Tropfen	antiphlogistisch, sekretolytisch, sekretomotorisch TE-Kombination hat broncho-spasmodische Synergie-Effekte am β_2 -Rezeptor im Bronchialepithel	Kemmerich B. et al., Efficacy and tolerability of a fluid extract combination of thyme herb and ivy leaves and matched placebo in adults suffering from acute bronchitis with productive cough, <i>Arzneim.-Forsch./Drug Res.</i> 56 (9), 652-660, 2006	In dieser prospektiven, doppelblinden, placebokontrollierten Multizenter-Studie an 361 Patienten verringerte eine dreimalige tägliche Gabe von 5,4 ml Saft für eine elftägige Behandlungsdauer die Anzahl der Hustenanfälle signifikant. In der Verumgruppe (n = 182) kam es bei 83 Prozent an Tag 4 zu einer Reduktion der Symptomatik, in der Placebo-Gruppe (n = 179) bei 53,9 Prozent. Eine Therapie mit der Thymian-Efeu-Kombination ist im Genesungserfolg zwei Tage überlegen.
Akute Bronchitis, produktiver Husten	Fixe Kombination aus Thymiankraut- und Primelwurzelflüssigextrakt	Bronchicum® Tropfen	antiphlogistisch, sekretolytisch, sekretomotorisch, antibakteriell, antiviral	Grünwald J. et al., Efficacy and tolerability of a fixed combination of thyme and primrose root in patients with acute bronchitis, <i>Arzneim.-Forsch./Drug Res.</i> 55(11), 669-676, 2005	In dieser placebokontrollierten, randomisierten Doppelblindstudie waren 150 Patienten einbezogen, die seit weniger als 48 h an Symptomen einer akuten Bronchitis litten. Sieben bis neun Tage erhielten die zwei gleich großen Gruppen entweder fünfmal täglich 30 Tropfen des Verums (Bronchicum®Tropfen) oder Placebo. Primäres Ziel war die Veränderung des BSS (Bronchitis-Schwere-Score). Zum Ende der Studie hatte die Verumgruppe eine durchschnittliche Abnahme der Bronchitissymptome von zwölf Punkten auf einen Punkt, in der Placebogruppe war dagegen gleichzeitig nur eine Abnahme von zwölf auf sieben Punkte zu verzeichnen. Beschwerdefrei waren in der Verumgruppe 59 Prozent der Patienten, in der Placebogruppe nur 5,3 Prozent. Die Verträglichkeit war sehr gut.
Akute und chronische Rhinosinusitis und Bronchitis	Spezialdestillat aus vier rektifizierten ätherischen Ölen: Eukalyptusöl, Süßorangenöl, Myrtenöl und Zitronenöl (ELOM-080)	GeloMyrtol® forte	sekretolytisch, sekretomotorisch, antiviral	Grätzel von Grätz, <i>MMW Fortschritte der Med.</i> , 164(19):73, 2022	In dieser multizentrischen, randomisierten, doppelblinden, placebokontrollierten Studie wurden 463 Patienten über 14 Behandlungstage mit dem Schema viermal täglich eine Kapsel ELOM-080 oder Placebo therapiert. Im primären Endpunkt, der Veränderung des von den Studienärzten bewerteten Major Symptom Scores, gab es sowohl nach einer Woche als auch nach zwei Wochen einen signifikanten Vorteil für ELOM-080 gegenüber dem Placebo. Ein Genesungsvorsprung bei Einnahme von ELOM-080 betrug bereits nach vier Behandlungstagen einen Tag, nach zwei Wochen waren es drei Tage. Außerdem zeigte sich in den ersten drei Tagen eine Abnahme der Viruslast, wohingegen sie bei der Placebogruppe deutlich anstieg.
Akute Atemwegsinfekte	Senfölglycoside (Prodrugs von Isothiocyanaten (ITC)) aus Kapuzinerkressenkraut und Meerrettichwurzel-extrakt	Angocin® Anti-Infekt N	antiphlogistisch, antibakteriell, antiviral	Albrecht U. et al., Efficacy and safety of the herbal combination containing <i>tropeaela majoris herba</i> and <i>armoraciae rusticanae radix</i> in patients suffering from uncomplicated acute rhinosinusitis, <i>Current Medical Research and Opinion</i> 03(10):665-681, 2020	Diese randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte, in Parallelgruppen angelegte Multizenter-Studie mit Patienten zwischen 18 und 75 Jahren zeigt, dass sich typische Symptome einer akuten Nasennebenhöhlenentzündung, wie zum Beispiel Nasenlaufen, verstopfte Nase und Kopfschmerzen, bei Einnahme der Pflanzenkombination um zwei Tage schneller besserten als in der Kontrollgruppe mit Placebo. Die Patienten erhielten die pflanzliche Kombi oder Placebo dreimal täglich vier Tabletten am Tag über 14 Behandlungstage.

Einsatzbereich	Substanz	Präparat	Wirkung/ -mechanismus	Studie	Resultat der Studie
Akute und wiederkehrende unkomplizierte Harnwegsinfekte	Senfölglycoside (Prodrugs von Isothiocyanaten (ITC)) aus Kapuzinerkressenkraut und Meerrettichwurzel-extrakt	Angocin® Anti-Infekt N	antiphlogistisch, antibakteriell (auch gegen uropathogene resistente Formen)	Vahlensieck W., Scheffer K., Unkomplizierte Harnwegsinfektionen – Senföle zeigen Effizienz, Der Urologe 1:52-58, 2021	In diesem Studienreview wurden mehr als 30 in dem Zeitraum von 2000 bis 2019 publizierte Forschungsarbeiten analysiert, bei denen die Wirkung der ITC bei unkomplizierten Harnwegsinfektionen im Fokus stand. Hier bestätigten die Studiendaten ein breites antimikrobielles Wirkspektrum der ITC. Auch die Entwicklung von Biofilmen sowie die metabolische Aktivität der uropathogenen Bakterien in solchen, die häufig ursächlich für wiederkehrende Harnwegsinfekte und Resistenzentwicklungen sind, werden unterbunden.
Blasenentleerungsstörungen (nächtlicher oder imperativer Harndrang, Harnstottern oder Restharnbildung) bei gutartigem Prostatasyndrom (Stadium I-II)	Fixkombination aus 160 mg Sabal-Dickextrakt WS®1473 und 120 mg Brennesselwurzel-Trockenextrakt WS® 1031 (PRO 160/120)	Prostagutt® duo	synergistische Hemmung der Enzyme 5 α -Reduktase und Aromatase im Testosteronstoffwechsel	Oelke M. et al., Fixed-dose combination PRO 160/120 of sabal and urtica extracts improves nocturia in men with LUTS suggestive of BPH: re-evaluation of four controlled clinical studies. World J Urol 32:1149-1154, 2014	Diese gepoolte Analyse vier randomisierter, kontrollierter (zwei verglichen mit Placebo, zwei mit Referenz) Doppelblindstudien mit Daten von 922 Patienten im Durchschnittsalter von 66 Jahren ergab eine signifikante Senkung der Häufigkeit nächtlichen Wasserlassens bei Männern mit gutartigem Prostatasyndrom bei Einnahme von zweimal täglich PRO 160/120 bereits nach zwölf Wochen einer 24-wöchigen Behandlung. Ein Toilettengang zwischen Zubettgehen und Aufstehen am Morgen konnte erspart bleiben. Ein Zielparameter in allen Studien war der International Prostate Symptom Score. In den beiden Referenzstudien einmal zum 5 α -Reduktasehemmer Finasterid (48 Wochen lang) und einmal zum α 1-Blocker Tamsulosin (60 Wochen lang) zeigte PRO 120/160 eine Ebenbürtigkeit in der Wirksamkeit zu beiden Synthetika.
Prämenstruelles Syndrom (PMS)	Hochkonzentrierter Mönchspfefferextrakt (Vitex-agnus-castus-Extrakt BNO 1095)	Agnucaston® 20 mg	senkt Prolaktin-spiegel, spasmolytisch bei uteral bedingten Unterleibsschmerzen	Schellenberg R., et al., Treatment for the premenstrual syndrome with agnus castus fruit extract: prospective, randomised, placebo controlled study. Br. Med. J. 322, 134 – 137, 2001	Diese multizentrische, randomisierte, placebokontrollierte Doppelblindstudie mit 170 PMS-Patientinnen, die körperlich wie auch psychisch Beschwerden (unter anderem Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen, Kopfschmerz, Spannungsgefühl in der Brust, Völlegefühl) hatten, hat gezeigt, dass sich die Therapie mit 20 mg BNO 1095 einmal täglich gegenüber Placebo innerhalb von drei Monaten durch Rückgang der Symptomatiken als signifikant überlegen erwies.
Wechseljahrsbeschwerden (unter anderem Hitzewallungen, Schweißausbrüche, sowie damit verbundene	Isopropanolischer Cimcifuga-racemosa-Spezialextrakt (iCR) mit Johanniskraut-extrakt	Remifemin® Remifemin® Plus	Selektiver-Östrogen-Rezeptor-Modulator (SERM) mit östrogenähnlichen Effekten an Knochen, Herz, Psyche, Scheide	Castelo-Branco C. et al., Review and meta-analysis: isopropanolic black cohosh extract iCR for menopausal symptoms – an update on the evidence. Climacteric 24 (2), 109-119, 2021	Diese systematische Literaturrecherche schloss 35 klinische Studien und eine Metaanalyse mit 43.759 Frauen, von denen 13.096 mit iCR-Extrakt behandelt wurden mit ein. iCR war bei der Behandlung von neurovegetativen und psychischen Wechseljahrsbeschwerden einer Placebothherapie signifikant überlegen; dabei wurden mit höheren iCR-Dosierungen, die als Monotherapie oder in Kombination mit Johanniskraut angewendet wurden, größere Effekte erzielt. Bei psychischen Beschwerden war die

Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen, androgenetischer Haarausfall)			und Harnblase, aber nicht auf Brust und Gebärmutter		iCR+HP-Kombination der iCR-Monotherapie überlegen. Die Wirksamkeit von iCR ist vergleichbar mit niedrig dosiertem transdermale Östradiol oder Tibolon, aber iCR war besser verträglich und hatte ein besseres Nutzen-Risiko-Verhältnis als Tibolon. Die klinischen Daten zeigten keine Hinweise auf Hepatotoxizität, es gab auch keine östrogenartigen Effekte auf hormonsensitive Gewebe wie Brust oder Endometrium.	
Leichte bis mittelschwere depressive Erkrankungen (Major Depression)	Johanniskrautextrakt (WS®5570), standardisiert auf Hypericin und Hyperforin, Auszugsmittel: 80 % Methanol	Laif®900 (rezeptpflichtig)	antidepressiv, indem es die synaptosomale Aufnahme der Neurotransmitter Noradrenalin, Serotonin und Dopamin hemmt	Kasper S. et al., Superior efficacy of St. John's wort extract in patients with major depression, BMC Medicine 4:14-27, 2006	In dieser randomisierten, doppelblinden, placebokontrollierten, multizentrischen, dreiarmligen Studie an 18- bis 65-jährigen Patienten (n = 357), die an einer milden bis moderaten Major Depression, die mindestens zwei Wochen und maximal ein Jahr dauerte, litten, wurde die antidepressive Wirksamkeit des Johanniskraut-Extrakts WS 5570 in einer Dosierung von 600mg/Tag und 1200mg/Tag gegenüber Placebo sechs Wochen lang untersucht. Hier zeigte bei beiden Dosierungen der Johanniskrautextrakt eine signifikant bessere antidepressive Wirksamkeit schon ab dem 14. Behandlungstag.	Psychiatrie
Demenz	Gingkobblätter-Spezial-extrakt EGb 761	Tebonin®	neuroprotektiv, Verbesserung der synaptischen Plastizität und Neurotransmission	Amieva H., et al., Ginkgo biloba extract and long-term cognitive decline: A 20-year-follow-up population-based study, PLoS One, 2013	Die im Rahmen der prospektiven Kohorten-Studie zusammengetragenen Daten von 3777 Menschen aus dem Südwesten Frankreichs, die 1988 zu Beginn der Studie mindestens 65 Jahre alt waren, zeigt über einen Beobachtungszeitraum von 20 Jahren mit durchgängig durchgeführten Mini-Mental-Status-Tests, dass sich der geistige Abbau durch Einnahme von Ginkgo-biloba-Extrakt EGb761 gegenüber denen ohne antidementive Medikation verlangsamte.	Neurologie
Schlafstörungen mit Einschlafproblematik	Baldrianwurzel-Trockenextrakt und Hopfenzapfen, Extraktionsmittel: 45 % Methanol (Spezialextrakt ZE g1019)	Alluna® Schlaf	schlafleitend, dämpft Wachheit ohne Hang-over-Effekte, melatoninerner und adenosinerger Wirkmechanismus	Koetter U. et al., A randomized, double blind, placebo-controlled prospective clinical study to demonstrate clinical efficacy of a fixed valerian hops extract combination in patients suffering from non-organic sleep disorder, Phytotherapy research 21(9): 847-51, 2007	In dieser randomisierten, placebokontrollierten, doppelblind angelegten prospektiven Praxisstudie, an der 60 niedergelassene Ärzte teilnahmen und die Ergebnisse von 144 Patienten, die nicht an organischen Schlafstörungen litten, ausgewertet wurden, zeigte sich nach vierwöchiger Therapie mit dem Spezialextrakt ZE g1019 eine signifikante Senkung der Einschlafzeit um 45 min. Die Wirksamkeit war sowohl Placebo (5 min mehr Einschlafzeit mit Placebo im Vergleich zu keiner Medikamenteneinnahme) als auch gegenüber einem Baldrian-Mono-Extrakt (22 min weniger Einschlafzeit im Vergleich zu keiner Medikamenteneinnahme) signifikant überlegen.	Schlaf und Psyche

Einsatzbereich	Substanz	Präparat	Wirkung/ -mechanismus	Studie	Resultat der Studie
Schlafstörungen mit Durchschlafproblematik, Ruhelosigkeit und Erregung; Angst und depressive Störung	Silexan WS 1265, spezielles ätherisches Öl aus Arzneilavendel	Lasea®	angstlösend, antidepressiv, beruhigend ohne müde zu machen	Kasper S. et al., Silexan, an orally administered Lavandula oil preparation, is effective in the treatment of "subsyndromal" anxiety disorder, <i>Int Clin Psychopharmacol</i> , 25(5):277-87, 2010 Kasper S. et al., Efficacy of orally administered Silexan in patients with anxiety-related restlessness and disturbed sleep, <i>Eur Neuropsychopharmacol</i> 25(11):1960-7, 2015 Kasper S. et al., Efficacy of silexan in mixed anxiety-depression, <i>Eur Neuropsychopharmacol</i> . 26 (2):331-340, 2016	In den multizentrischen randomisierten, placebokontrollierten doppelblinden Kasper-Studien wurde die anxiolytische Wirksamkeit von Silexan® gegenüber Placebo über die Senkung der Hamilton-Angst-Skala untersucht, die beruhigende und ausgleichende Wirksamkeit über den Pittsburg-Sleep-Quality-Index und die antidepressive Wirkung über den Montgomery-Asberg Depression Rating Scale. Eine spürbare Wirksamkeit aller oben genannten Effekte tritt bereits nach zwei Wochen ein. Die Überlegenheit von Silexan® gegenüber Placebo war ab der vierten Woche bis zum Ende der zehnwöchigen Behandlungsdauer statistisch signifikant.
Funktionelle Verdauungsstörungen, Reizmagen, Reizdarm	90 mg Pfefferminzöl und 50 mg Kümmelöl (Menthacarin)	Carmenthin®	carminativ	Storr M. et al., Funktionelle gastrointestinale Störungen: Wissenschaftliche, praxisbasierte Beobachtungsstudie zu Menthacarin in der Behandlung der funktionellen Dyspepsie in der primärärztlichen Verordnung, <i>Z Gastroenterol</i> 58(8), 2020, doi: 10.1055/s-0040-1716247	Ziel dieser Studie war die Überprüfung früherer klinischer Studienergebnisse im Praxisalltag. Hierfür wurden Wirkung und Verträglichkeit des Menthacarin erfasst. Eingeschlossen waren 2148 Patienten ab zwölf Jahre mit dyspeptischen Beschwerden aus 448 allgemeinärztlichen und internistischen Praxen. Es zeigte sich, dass Schmerzen im Oberbauch, dyspeptische und darmassoziierte Symptome nach vierwöchiger Einnahme zurückgingen. Die Besserung des Beschwerdebildes bei sehr guter Verträglichkeit wurde in der Beurteilung von Patienten und Ärzten gleichermaßen widergespiegelt.
Magenschmerzen, Völlegefühl, Blähungen, Magen-Darm-Krämpfe, Übelkeit, Sodbrennen	Extrakt aus: bitterer Schleifenblume-Ganzpflanze (Iberis amara), Kamillenblüten, Kümmelfrüchten, Melissenblättern, Pfefferminzblättern,	Iberogast® (STW 5)	Motilitätsregulierend, cholagog, spasmolytisch, antiemetisch, antiphlogistisch, carminativ	Ottillinger B. et al., A safe and effective standard in the treatment of functional gastrointestinal disorders, <i>Wien Med Wochenschr.</i> , 2013	Dieser Review summierte Daten aus zwölf klinischen randomisierten, doppelblinden, kontrollierten Studien (gegen Placebo oder Referenz) seit 1990, die STW5 gegen funktionelle Dyspepsie und Reizdarmsyndrom untersucht hatten. Iberogast® war dabei in der Wirksamkeit Placebo gegenüber überlegen und synthetischen Prokinetika (wie zum Beispiel Metoclopramid) gleichwertig, nicht interventionelle und retrospektive Studien bestätigten diese Wirksamkeit.

	Süßholzwurzel, Angelikawurzel, Mariendistelfrüchten, Schöllkraut				
Völlegefühl, Sodbrennen, Übelkeit, Bläh- bauch, Hypercho- lesterinämie	Artischockenblätter- Trockenextrakt (ALE)	Hepar®-SL forte 640 mg	Choleretisch, hepatoprotektiv, carminativ, spasmolytisch, fördert Cholesterin- ausscheidung und hemmt gleichzeitig die Cholesterin- neubildung in den Leberzellen, präventive Wirkung in Bezug auf Arteriosklerose	Sahebkar A. et al. Lipid-lo- wering activity of artichoke extracts: A systematic review and meta-analysis. Critical reviews in food science and nutrition Vol. 58,15: 2549- 2556, 2018	Dieser systematische Review mit Metaanalyse von neun Studien mit insgesamt 702 Probanden, die zwischen 500 und 2700 mg Artischocken- extrakt pro Tag eingenommen hatten, kam zum Schluss, dass Artischo- ckenblätter-Trockenextrakt das LDL-Cholesterin signifikant senkt, während es auf das HDL-Cholesterin nur wenig Einfluss hat.
Chronisch-venöse Insuffizienz (CVI) unter anderem mit Ödembildung an Beinen, Krampf- adern	Roskastaniensamen- extrakt (RKSE) standardisiert auf Aescin	Venostasin® retard	ödemprotektiv	Pittler M and Edzard E, Horse chestnut seed extract for chronic venous insufficiency. The Cochrane database of systematic reviews Vol. 11,11 CD003230, 2012	Im aktuellen Cochrane Review wurden 17 Studien mit insgesamt 1443 Patienten mit CVI zusammengefasst, die RKSE mit Placebo oder Kom- pressionstherapie verglichen. In den randomisierten, kontrollierten Studien konnte gezeigt werden, dass RKSE eine wirksame und sichere Therapiemöglichkeit zur Reduktion von Ödemen ist und auch eine effektive gleichwertige Alternative zur Kompressionstherapie Klasse II darstellt.

Angelika Jurk ist verheiratet und Mutter von drei Kindern. Sie studierte Pharmazie an der TU Braunschweig von 2008 - 2012, hat 7 Jahre in einer Apotheke gearbeitet, ist seit 2015 zertifizierte Phytokompetenz-Apothekerin und unterrichtete zuletzt an einer PTA-Schule mit Schwerpunkt im Fach Phytotherapie.

