USZ Universitäts Spital Zürich

Komplementärmedizin und Phytotherapie

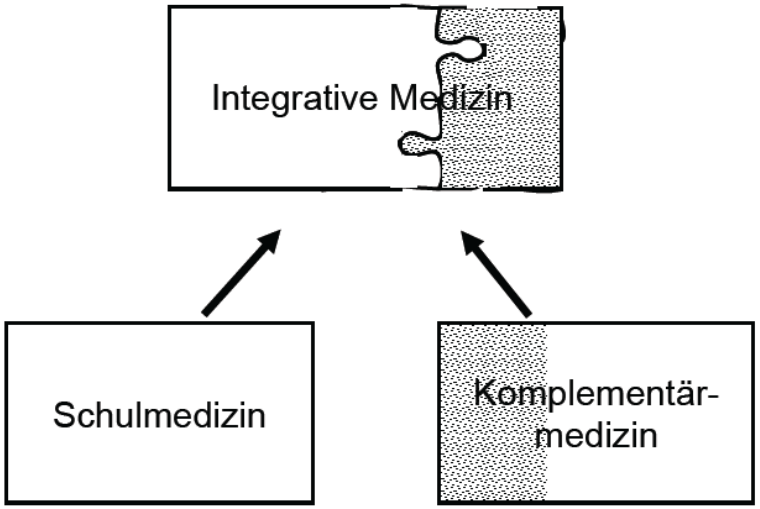
Anwendungsbeispiele in der internistischen Praxis

Dr.med. Christine Huber

Institut für komplementäre und integrative Medizin, Universitätsspital Zürich

4. Schweizer Symposium für Pharma-Assistentinnen & Assistenten , 16. Mai 2023

Was ist Komplementärmedizin



Wird ein **nicht-konventioneller Ansatz zusammen** mit der Schulmedizin angewandt, gilt er als **"komplementär".**

Wird ein **nicht-konventioneller Ansatz anstatt** der konventionellen Medizin angewandt, gilt er als **"alternativ"**.

Teil 1

Komplementärmedizin bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen

Colitis ulcerosa und Morbus Crohn im Vergleich

	Morbus Crohn	Colitis ulcerosa
Verteilungsmuster	Diskontinuierlich, segmental Gesamter Gastrointestinaltrakt	Kontinuierlich Kolon, ggf. „Backwash-Ileitis“
Entzündungstiefe	Transmurale Entzündung	Mukosale Entzündung
Histologie	Epitheloidzellige Granulome, Riesenzellen	Kryptenarchitekturstörungen, Kryptenabszesse
Endoskopie	Aphthen, Pflastersteinrelief	Ulzerationen, Pseudopolypen, Gefäßrarefizierung, Kontaktvulnerabilität
Komplikationen		
Stenosen	Ja	Selten. **Malignomverdacht!**
Fistel	Ja	Selten
Abszess	Ja	Selten
Konglomerattumor	Ja	Selten
Toxisches Megakolon	Selten	Ja
Ileus	Ja	Selten

Abb. 2 ▲ Morbus Crohn und Colitis ulcerosa im Vergleich. Die Erkrankungen unterscheiden sich unter anderem in Verteilungsmuster und Entzündungstiefe, histologischen und endoskopischen Befunden sowie dem Auftreten von Komplikationen

Fischer S et al. *Internist* 2018.

Warum Komplementärmedizin?

1. Nutzung von Komplementärmedizin

- Hoher Anteil der Bevölkerung (20-60 %)[1,2,3]

2. Ursachen für die Nutzung von Komplementärmedizin [3,4]

- Wunsch nach optimaler Behandlung (79%)
- Wunsch nach reduziertem Steroidbedarf (64%)
- Wunsch nach holistischem Ansatz (60%)
- Selbst aktiv an der Behandlung teilnehmen und Eigenverantwortung übernehmen (55%)
- Konventionelle Medikamente mit schweren Nebenwirkungen (52%)
- Konventionelle Behandlung hat nicht geholfen (45%)
- Patient denkt anders über Ursachen und Therapie als Behandler (38%)
- Komplementärmedizin als letzte Hoffnung (11%)

1. Dossett ML et al. Am J Gastroenterol. 2014
2. Fábián A et al. Gastroenterol Res Pract. 2018
3. Kong SC et al. *J Clin Gastroenterol*. 2005
4. Langhorst J et al. Complement Ther Med. 2007;
5. Langhorst J et al. Inflamm Bowel Dis. 2005

Leitlinienempfehlungen (DGVS) bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen

1913 DGVS
Deutsche Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten

- Komplementäre Therapien können bei Patient*innenwunsch **supportiv** eingesetzt werden (Empfehlung 7.10)
- Der **Nutzen** von komplementärmedizinischen Therapieverfahren sollte mit den Patient*innen auch unter **Abwägung möglicher Risiken**, Wechselwirkungen und wirtschaftlicher Aspekte diskutiert werden (Empfehlung 7.11)
- Aufgrund des hohen Anteils an Patient*innen, die komplementärmedizinische Therapien anwenden, sollten Ärzt*innen sich über diese Verfahren **informieren** (Empfehlung 7.9)

Auswahl häufiger Verfahren

Mind Body Medicine Verfahren (Lebensstilmodifikationen, Hypnose, Entspannungstechniken, Achtsamkeitsverfahren)

Phytotherapie

Homöopathie

TCM

Nahrungsergänzungsmittel

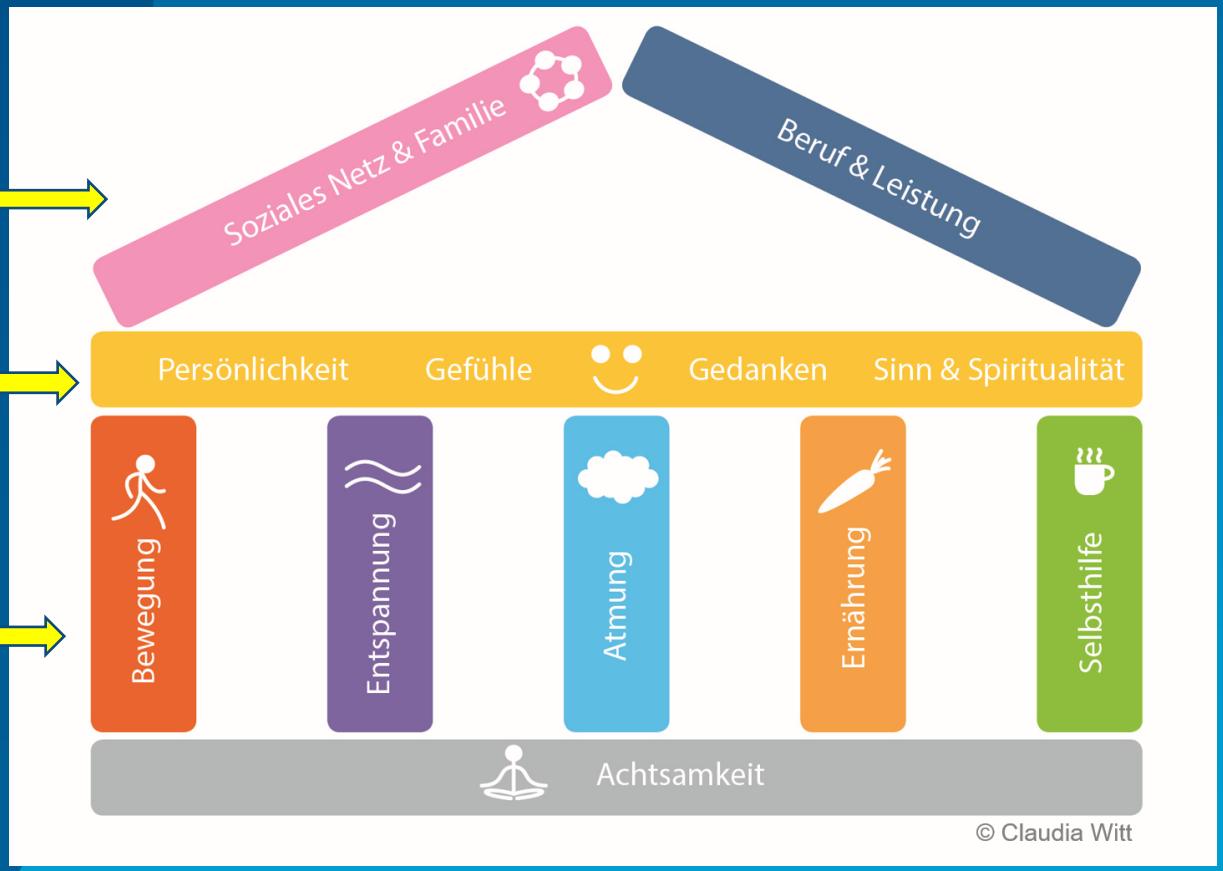
Nicht-medikamentöse Behandlungsmöglichkeiten

Mind Body Medicine

Soziales

Psyche

Körper



Effekte:

- Stressreduktion (1)
- Verbesserung von Lebensqualität und Angsterleben (2)
- Symptomreduktion (3,4)

1. Cámara RJ,. Digestion. 2009;80(2):129-39.
2. Langhorst J; Scand J Gastroenterol 2007;42(6):734–45.
3. Milne B, J Adv Nurs 1986;11(5):561–7.
4. Mizrahi MC, Psychol Health 2012;27(12):1463–79.

Mind Body Verfahren

Richtiger Umgang mit Stress bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen

Aktualisierte S3-Leitlinie Colitis ulcerosa der Deutschen Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS)

Mind-Body-Verfahren

EMPFEHLUNG 6.2.5

Achtsamkeitsbasierte Verfahren zur Stressreduktion können komplementär zur Verbesserung der Lebensqualität eingesetzt werden.

Evidenzgrad 2, Empfehlungsgrad 0, Konsens

Langhorst J et al. J Crohns Colitis 2015;

Yoga

Yoga kann zur Verbesserung der Lebensqualität durch Stressregulation beitragen

S3-Leitlinie – Colitis ulcerosa

Februar 2018 – AWMF-Registriernummer: 021-009

EMPFEHLUNG 6.2.6

Yoga kann komplementär zur Verbesserung der Lebensqualität eingesetzt werden.

Evidenzgrad 2, Empfehlungsgrad 0, Konsens

Koch AK et al. *J Psychosom Res*. 2020

Akupunktur

Leitlinienempfehlung (DGVS)

Akupunktur kann als begleitende Therapie bei milden bis moderaten Schüben bei Morbus Crohn und Colitis ulcerosa angewandt werden

© IKI

Colitis ulcerosa [1]

EMPFEHLUNG 6.2.7

Akupunktur kann im leichten bis moderaten Schub komplementär in der Therapie eingesetzt werden.

Evidenzgrad 3, Empfehlungsgrad 0, Konsens

Morbus Crohn [2]

EMPFEHLUNG 7.12 (NEU 2020)

Bei mildem bis moderatem Schub eines Morbus Crohn kann die begleitende Behandlung mit Akupunktur (ggf. in Kombination mit Moxibustion) erwogen werden.

Expertenkonsens, Empfehlung offen, Konsens

1 Schneider A et al World J Gastroenterol 2007
2 Joos S et al. Digestion 2004

Phytotherapie

Weihrauch (Boswellia serrata)

- Kann unterstützend bei Colitis ulcerosa[1] und Morbus Crohn[2] angewandt werden
- Vielversprechend auch im Einsatz bei Arthralgien
- In der Schweiz als Nahrungsergänzungsmittel oder Magistralrezeptur
- Darf als Arzneimittel (H15 Gufic ®) nur im Kanton Appenzell Ausserrohden abgegeben werden

1 Gupta I et al. *Planta Med*. 2001;67(5):391-395. doi:10.1055/s-2001-15802
2 Gerhardt H. et al. *Z Gastroenterol*. 2001;

Phytotherapie

Flohsamen (Plantago ovata)

Einsatz in der remissionserhaltenden Behandlung

bei Colitis ulcerosa (Leitlinienempfehlung 6.2.8)

- **Metamucil ®**

Fernandez-Banares F et al. Am J Gastroenterol 1999;

Phytotherapie

- Belegte Wirksamkeit von **Myrrhe, Kamillen-blütenextrakt und Kaffeekohle (Myrrhinil intest®)** in der remissionserhaltenden Therapie bei Colitis ulcerosa

  (Leitlinienempfehlung 6.2.10)

Langhorst J et al. Aliment Pharmacol Ther. 2013

Phytotherapie

Curcumin (Curcuma longa)

Zur Remissionsinduktion und zum Remissionserhalt bei Colitis ulcerosa

Beleg:

- randomisierte, doppelblind- placebokontrollierte Multicenterstudie
- 2 × 1 g/d Curcumin komplementär zu Sulfasalazin oder Mesalazin in der remissionserhaltenden Therapie bei Colitis ulcerosa (Zeitraum 6 Monate)
- Resultate: signifikanter Gruppenunterschied im Hinblick auf Rezidivhäufigkeit, CAI und einem endoskopischen Index zugunsten der Verumgruppe

STATEMENT 6.2.9

Für die Therapie mit Curcumin komplementär zu einem Aminosalizylat liegen Studien mit positiven Ergebnissen in der Remissionsinduktion sowie in der Remissionserhaltung vor. Curcumin steht in Deutschland nicht als Arzneimittel zur Verfügung.

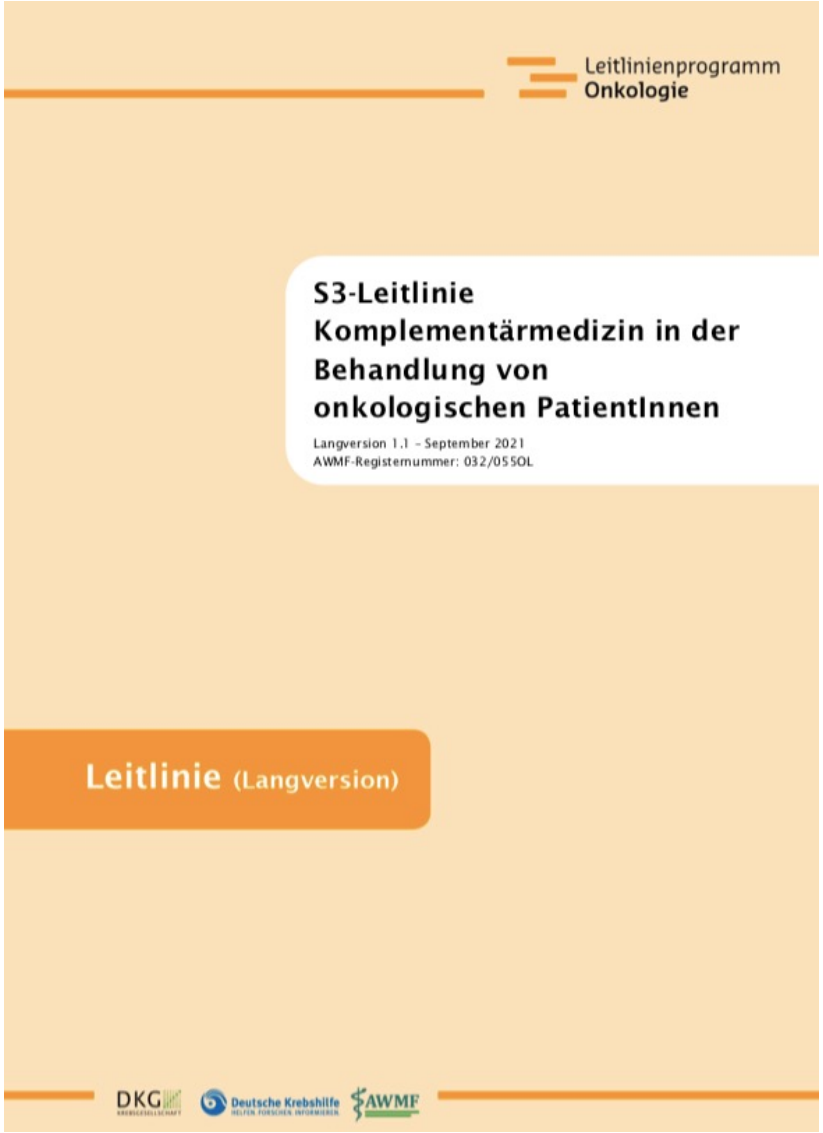
Hanai H et al. *Clin Gastroenterol Hepatol*. 2006;

Teil 2

Komplementärmedizin in der internistisch onkologisch begleitenden Therapie

Komplementärmedizinische Anwendungen gemäss Leitlinien

- Empfehlungen in der komplementärmedizinischen Behandlung von onkologischen Patient *Innen



Auswahl häufiger Symptome

- Cancer related Fatigue
- Einschränkung der Lebensqualität
- Schlafstörungen
- Gastrointestinale Beschwerden

Cancer related Fatigue

Was ist Cancer related Fatigue ?

- „Gefühl von außergewöhnlicher körperlicher, psychischer und geistiger Erschöpfung“[1]

Symptome

- Gefühl von Abgeschlagenheit und Energieverlust
- Konzentrations- und Gedächtnisstörungen
- Antriebs- und Interesselosigkeit
- Beschwerden stehen nicht im Verhältnis zur Belastung
- inadäquate Erholung durch Pausen und Schlaf
- häufig kombiniert mit Schlafstörungen, Angst und/oder Depressionen
- kann zu jedem Zeitpunkt der Erkrankung auftreten

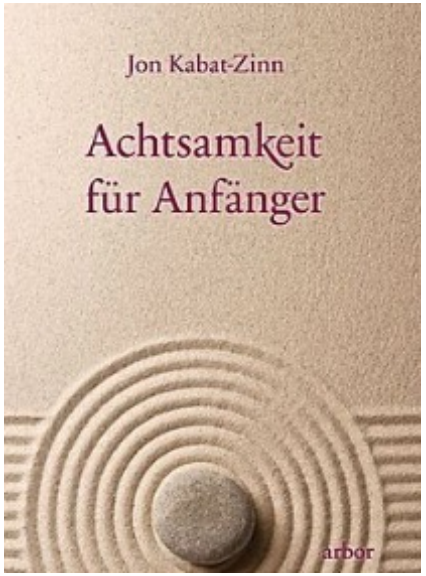
1 Weis J (2008) Tumorbedingte Fatigue. Bewegungsther Gesundheitssport 24(3):94–97

Behandlungsmöglichkeiten bei Cancer related Fatigue
…Nichtmedikamentös…

- Körperliche Aktivität und Sport
- Tai Chi/ Qigong
- Yoga
- Akupressur/Akupunktur
- Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (kurzfristiger Verlauf/ Lebensqualität)[1]

MindfulnessSwiss
MBSR-Verband Schweiz

https://www.mindfulness.swiss



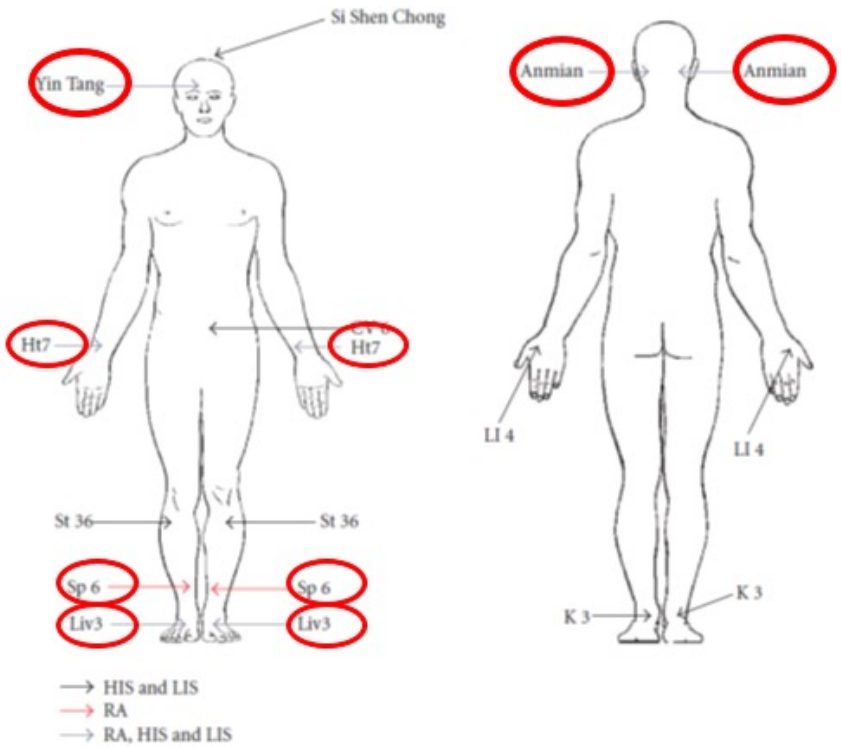
1 Haller H et al, *Acta Oncol*. 2017

Akupressur

Research Article

Relaxation Acupressure Reduces Persistent Cancer-Related Fatigue

Suzanna M. Zick,[1] Sara Alrawi,[1] Gary Merel,[1] Brodie Burris,[1] Ananda Sen,[1,2] Amie Litzinger,[1] and Richard E. Harris[3]

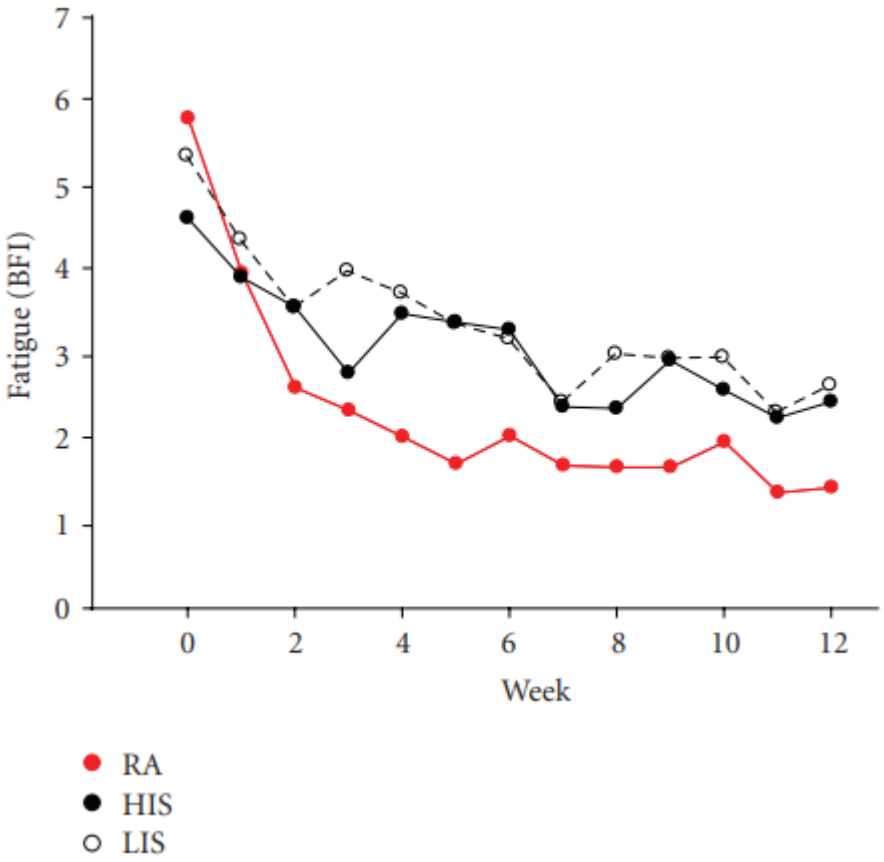


- randomisierte Pilotstudie (n = 43)
- 3 Therapiegruppen:
  - Hochdosis Stimulierende Akupressur vs.
  - Niedrigdosis Stimulierende Akupressur vs.
  - Relaxations Akupressur (2 x tgl. 27 min)
- Therapiedauer: 12 Wochen
- Zielparameter: BFI (Brief Fatigue Inventory)

Zick SM et al. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2011

Resultate:

- Die Fatigue konnte in allen Behandlungsgruppen signifikant reduziert werden
- In der Relaxations-Akupressur Gruppe (RA) konnte die grösste Symptomreduktion erlangt werden



Phytotherapie bei Fatigue

Ginseng

- Forschung bezieht sich v.a. auf Panax Ginseng
- Ginseng wird traditionell zur Kräftigung und Belebung bei Schwäche und Erschöpfungszuständen sowie bei Zuständen mit verringerter Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit verwendet (European Medicines Agency 2014b)
- Eine Dosierungsempfehlung kann aufgrund der verschiedenen Präparate nicht ausgesprochen werden
- hohe Effektstärken für höhere Ginseng-Dosierungen (2000 mg/Tag)
- Cave Ginseng: Antikoagulation und CYP3A4 Induktoren

Jiang SL et al. *Chin J Integr Med*. 2017

Phytotherapie bei Fatigue

Rosenwurz (Rhodiola rosae)

- Indikation: Linderung von Stresssymptomen wie Müdigkeit und Schwächegefühlen
- Tagesdosis 200-600mg Extrakt
- Einnahme morgens und mittags
- Kein SL Präparat; Kosten ca. 23 CHF / 30 Stck.

© Pharmawiki

Ishaque S et al. *BMC Complement Altern Med*. 2012

Phytotherapie bei Fatigue

Mistel (Viscum album L.)

- immergrüne oder schuppenblättrige Halbschmarotzer
- Indikation: zur Verbesserung der Lebensqualität bei soliden Tumoren
- Kann bei Tumor-bedingter Fatigue als Behandlungsoption erwogen werden

S3-Leitlinie Komplementärmedizin in der Onkologie: Empfehlung **7.65:**

Die subkutane Gabe von Mistelgesamtextrakt (Viscum album L.) kann für den therapeutischen Einsatz zur Verbesserung der Lebensqualität bei Patienten mit soliden Tumoren erwogen werden.

Schlafstörungen

Nicht medikamentöse Behandlungsoptionen

S3-Leitlinienempfehlung

3.2.7. Ein- und Durchschlafstörungen

Empfehlungsstärke	Intervention	Kapitel	Patienten	Kontext/Anmerkung
Sollte	Tai Chi/Qigong	5.4	onkologische Patienten	während und nach Abschluss von Chemo-/Radiotherapie
Kann	Akupunktur	4.1	onkologische Patienten	
Kann	Mindfulness-based Stress Reduction	5.2	onkologische Patienten	nach adjuvanter Therapie
Kann	Yoga	5.5	Brustkrebspatientinnen	nach Abschluss von Chemo-/Radiotherapie

Schlafstörungen-Phytotherapie

Baldrian (Valeriana officinalis)

- Anwendungsgebiete: Insomnie & leichte nervöse Anspannung[1]
- Subjektive Verbesserung der Schlaf- und der Lebensqualität nach 8-wöchiger Einnahme[2]
- Wissenschaftliche Datenlage nicht ausreichend (S3 Leitlinie)
- Präparate (Auswahl):Baldriparan®, Sedonium®, Arkocaps®, Valverde Schlaf®, Redormin®

Keimzumpe (Bryophyllum pinnatum)

- Anwendung v.a. im Spektrum anthroposophische Medizin („pflanzliches Valium“)
- Besserung der Schlafqualität und Tagesschläfrigkeit nach 3-wöchiger Einnahme [3]
- Wissenschaftliche Datenlage nicht ausreichend (S3 Leitlinie)
- Präparate: z.b Weleda Bryophyllum 50%® (Kautabletten)

1. www.ema.europa.eu
2. Barton DL et al ,*Journal of supportive oncology, 2011*
2 Simões-Wüst AP et al,. *Integrative Cancer Therapies*. 2015;

Gastrointestinale Nebenwirkungen …Nichtmedikamentöse Optionen…

Akupressur bei Chemotherapie-induzierter Übelkeit

Evidenzbasierte Empfehlung

Es liegen Daten aus einer Metaanalyse über 10 RCTs und 4 weiteren RCTs zur Wirksamkeit der Akupressur bei Chemotherapie-induzierter[1] und Radiotherapie-induzierter[2] Übelkeit bei onkologischen Patienten vor. Akupressur mit Fingerdruck[1] oder mit Akupressurband[1] (Neiguan, PC6) kann als zusätzliche Maßnahme zur Reduktion der Übelkeit bei diesen Patienten erwogen werden.[I]

Phytotherapie bei Übelkeit

Ingwer (Zingiberis officinalis)

- Kann bei zytostatikainduzierter Übelkeit/ Erbrechen bei onkologischen Patienten zusätzlich zur leitliniengerechten Antiemese in der Therapie erwogen werden [1,2]
- Wirksame Inhaltsstoffe im Wurzelstock
- Zugelassen gegen Reiseübelkeit und leichte gastrointestinale Beschwerden (EMA)
- Vorliegend in Pulverform, NEM, Kapseln (Zintona ®)

Leitlinienempfehlung (S3)

Evidenzbasierte Empfehlung
Es liegen Daten aus 2 systematischen Reviews mit insgesamt 8 RCTs und 9 weiteren RCTs zur Wirksamkeit von Ingwer auf zytostatikainduzierte Übelkeit/ Erbrechen bei onkologischen Patienten vor. Ingwer kann zusätzlich zur leitliniengerechten Antiemese in der Therapie von zytostatikainduzierter Übelkeit/ Erbrechen bei diesen Patienten erwogen werden.

1 Marx WM et al. *Nutr Rev*. 2013
2 Lee J et al. *Oncology nursing,2013.*

Take home messages

- ✓ Komplementäre Verfahren gewinnen zunehmend an Bedeutung
- ✓ Es ist sinnvoll medizinisches Fachpersonal im Umgang mit komplementären Verfahren zu schulen
- ✓ Komplementäre Verfahren bilden ein breites Spektrum nicht medikamentöser und medikamentöser Ansätze
- ✓ Medizinische Guidelines geben (evidenzbasierte) Empfehlungen im Umgang mit Komplementärmedizin
- ✓ Unbedingt auf medikamentöse Interaktionen achten (Phytotherapie)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

USZ Universitäts Spital Zürich