Christoph Bachmann

Tibetische Medizin

Die Tibetische Medizin stammt, wie der Name schon sagt, aus Tibet und verfügt über eine mehr als 1200 Jahre alte Tradition. Das sehr Interessante und Einzigartige an dieser Medizin ist die Tatsache, dass sie nicht allmählich gewachsen ist und sich ständig verändert hat. Die Tibetische Medizin beruht auf einem Konsens, bei dem die Heilkundigen der damaligen Zeit das Wissen über die Krankheiten und ihre Behandlungen zusammengetragen und zu einer neuen Medizin vereint haben.

Grundlage dafür ist die Lehre der 5 Elemente Erde, Wasser, Feuer, Luft und Raum, aus der alles Sein besteht. Im menschlichen Organismus sind sie durch die drei dynamischen Zustände rLung (Wind), Tripa (Galle) und Beken (Schleim), d.h. das bewegende, das wärmende und das kühlende bzw. das stabilisierende Prinzip, vorhanden. Eine Krankheit entsteht durch ein Ungleichgewicht dieser Prinzipien; die Behandlung strebt daher ein Wiederherstellen dieses Gleichgewichts an. Wenn eine Umstellung des Verhaltens, der Gewohnheiten und der Ernährung nicht ausreichen, setzt der tibetische Arzt pflanzliche Vielstoffgemische ein, die den Energiefluss wieder ins Gleichgewicht bringen.

Wegen ihrer Tradition, der Verwendung pflanzlicher Präparate und der modernen Forschung kann die Tibetische Medizin, wie sie heute in Europa angewendet wird, auch als Schnittstelle zwischen Ethnomedizin, Phytotherapie/Komplementärmedizin und Schulmedizin verstanden werden.

Tibetische Tradition und westliche Qualität in einem Präparat vereint: Das Präparat Se 'bru 5 gegen Verdauungsbeschwerden

Der folgende Beitrag zeigt, dass eine Verbindung von uralter östlicher Tradition mit westlicher Medizin möglich ist. Eine Schweizer Firma stellt tibetische Arznei-Präparate nach westlichen Qualitätsvorschriften her, in denen die Erkenntnisse der Tibetischen Medizin mit dem Wissen der modernen Medizin vereint werden. Nachfolgend wird eines dieser Präparate vorgestellt.

Pflanzliche Vielstoffgemische

Die pflanzlichen Vielstoffgemische der Tibetischen Medizin bestehen meist aus mindestens 5 bis mehr als 20 getrockneten und gemahlene Arzneipflanzen, denen teilweise auch Mineralien beigefügt werden. Dies ermöglicht eine kleine Dosierung der einzelnen Inhaltsstoffe, die einen synergistischen Wirkungsmechanismus entfalten und im Allgemeinen sehr gut verträglich sind. Die in der Schweiz hergestellten tibetischen Medikamente vereinen so in sich das Wissen der Tibetischen Medizin und die hohe Herstellungsqualität eines Schweizer Arzneimittels.

Se 'bru 5

Die tibetische Rezeptur Se 'bru 5 (Granatapfel 5) wird bereits im Grundlagenwerk der Tibetischen Medizin, dem Gyüshi aus dem 8. Jahrhundert, beschrieben. Sie besteht aus 5 pflanzlichen Rohdrogen (siehe Kasten 1).

Gemäss der Tibetischen Medizin hat das Präparat wärmende Eigenschaften und fördert die Verdauungswärme, Metö genannt. Im traditionellen Kontext wird diese Rezeptur ausser bei den unten genannten Indikationen auch als Konstitutionsmittel für ältere Personen, in der Rekonvaleszenz und bei Appetitmangel eingesetzt. Zudem wird sie bei Kälte-

Kasten 1. Zusammensetzung von Se 'bru 5 (in der Schweiz unter dem Markennamen Padma Digestin® erhältlich)

Se 'bru 5 besteht aus Granatapfelsamen, Galangarhizom (Wurzel), den Früchten des Langen Pfeffers (Fliegenpfeffer), Kardamomfrüchten und Cassia-Zimtrinde. Eine Kapsel enthält:

Punicae granati seminis pulvis	204 mg
Galangae rhizoma pulvis	102 mg
Piperis longi fructus pulvis	25,5 mg
Cardamomi fructus pulvis	12,75 mg
Cinnamomi cassiae cortex pulvis	12,75 mg

gefühl im Abdomen und unteren Rücken, Abdominalschmerzen, Prostatabeschwerden und rezidivierender Zystitis verschrieben.

Im Präparat sind aus der Sicht der westlichen Medizin Scharfstoffe, ätherische Öle, Frucht- und Fettsäuren, Flavonoide und Gerbstoffe vereint. Diese haben folgende pharmakologische Wirkungen:

- Scharfstoffe: Desensibilisierung, Erhöhung der Sekretion der Verdauungssäfte, Verbesserung der Peristaltik.
- Ätherische Öle: Erhöhung der Sekretion der Verdauungssäfte, Spasmolyse, karminative Wirkung.
- Frucht- und Fettsäuren: Proteinabbau, antiphlogistische Wirkung.
- Flavonoide: Desensibilisierung, antiphlogistische und antioxidative Wirkung.
- Gerbstoffe: Reizmilderung, Schleimhautschutz, antiphlogistische Wirkung.

Indikationen

Aufgrund dieser Zusammensetzung und der synergistischen Wir-

kung der Pflanzenextrakte kann das Präparat bei folgenden Indikationen eingesetzt werden:

- funktionelle Verdauungsbeschwerden,
- Reizmagen,
- Druck- und Völlegefühl in der Magengegend, vor allem nach dem Essen,
- aufgeblähter Bauch (Meteorismus),
- bei Appetitmangel (z.B. bei älteren Menschen und in der Rekonvaleszenz),
- bei geschwächtem Allgemeinzustand mit Neigung zu Verdauungsschwäche und Abgespanntheit als Konstitutionsmittel.

Dosierung

Der Hersteller des Präparats empfiehlt folgende Dosierungen:

- Akute Beschwerden (z.B. nach üppiger Mahlzeit): 2–3 Kapseln nach Bedarf.
- Chronische Beschwerden: 2–3 Kapseln morgens, möglichst nüchtern. In hartnäckigen Fällen abends nochmals 2–3 Kapseln einnehmen (siehe Kasten 2).

Klinische Studie

Die Wirksamkeit des Präparats bei funktioneller Dyspepsie wurde in einer offenen, prospektiven, klinischen Phase-II-Studie überprüft [1]. Dafür wurden in Privatpraxen Patienten rekrutiert, die seit 4 Wochen oder länger mindestens einmal wöchentlich unter zwei oder mehr moderat bis stark ausgeprägten dyspeptischen Beschwerden litten. Die abgefragten Symptome umfassten die auf dem Fragebogen der Domestic/International Gastroenterology Surveillance Study (DIGEST) gelisteten sowie zusätzlich Magenkrämpfe und Appetitmangel. Ausserdem mussten die Patienten ein Alter >18 und <65 Jahre aufweisen, und es wurden genaue Ausschlusskriterien festgelegt.

Behandlung

Die 37 in die Studie eingeschlossenen Probanden erhielten in sieben verschiedenen Praxen während 6 Wochen zweimal täglich 3 Kapseln des Präparats. Datenerhebungen erfolgten bei Baseline (V1), nach 3 Wochen (V2) und am Schluss der Behandlung (V3). Nach weiteren 4 Wochen wurden die Probanden über die Entwicklung der Symptome, den allgemeinen Gesundheitszustand sowie den Bedarf einer weiteren Behandlung dyspeptischer Symptome befragt.

Sicherheit und Verträglichkeit

Die Sicherheit und Verträglichkeit des Präparats wurden bei V1 und V2 sowohl von den Prüfarzten als auch von den Probanden beurteilt. Bei V1 und V3 wurden Laboruntersuchungen gemacht und die Patienten gebeten, die gegenwärtige mit früheren Behandlungen zu vergleichen.

Wirksamkeit

Die Wirksamkeit des Präparats bei dyspeptischen Symptomen wurde mit dem DIGEST-Fragebogen ermittelt, der Vorhandensein und Schweregrad verschiedenster gastrointestinaler Symptome wie postprandiales

Kasten 2. Erfahrungsbericht aus der Apotheke

In der Apotheke des Verfassers beklagte sich eine etwa 40-jährige Patientin über häufige diffuse Verdauungsbeschwerden, die sich vor allem nach dem Essen einstellten. Sie konnte keine weiteren Angaben über Art und Lokalisierung der Beschwerden sowie über die Art von Speisen machen, die diese Beschwerden förderten.

Der Dame wurde empfohlen, am Morgen vor dem Frühstück 2–3 Kapseln des tibetischen Medikaments einzunehmen.

Nach etwa 4 Wochen berichtete die nun strahlende Patientin von einem grossen Erfolg: Sie habe täglich 3 Kapseln eingenommen. Die Verdauungsbeschwerden seien fast vom ersten Tag an deutlich besser geworden!

Nach 3 Wochen habe sie das Präparat abgesetzt. Inzwischen seien die Beschwerden langsam wieder zurückgekehrt, aber viel schwächer als vorher. Sie werde nun umgehend das Präparat wieder einnehmen, «diesmal aber länger».

Es ist noch anzumerken, dass der Patientin die Einnahme des Präparats relativ zurückhaltend empfohlen wurde – und sicher ohne euphorische Wirksamkeitsprognose!

Völlegefühl, vorzeitiges Sättigungsgefühl, Erbrechen, lokalisierte und diffuse epigastrische Beschwerden, Unterbauchbeschwerden, Regurgitation usw. erfasst. Zusätzlich wurden auch Magenkrämpfe und Appetitlosigkeit einbezogen.

Weiter wurde die generelle Wirksamkeit von den Prüfarzten und den Patienten getrennt beurteilt. Dann wurden auch Parameter der Lebensqualität (Quality of Life (QoL)) erhoben.

Alle Daten wurden statistisch ausgewertet.

Resultate

Von den 37 eingeschlossenen Patienten (intention to treat (ITT)) beendeten 30 die Behandlung, 22 von ihnen per Protokoll.

Wirksamkeit

Das Präparat bewirkte im Gesamten eine signifikante Verbesserung der Häufigkeit und des Schweregrades sowie in der Beeinträchtigung der QoL durch das als am störendsten empfundene Symptom ($p < 0,01$). Bei folgenden Symptomen wurde eine signifikante Verbesserung beobachtet:

- postprandiales Völlegefühl,
- Nausea,
- lokalisierte und diffuse epigastrische Schmerzen,
- Magenkrämpfe,
- Appetitmangel.

Ein Trend zur Verbesserung zeigte sich bei:

- frühzeitigem Sättigungsgefühl,
- nächtlichen Schmerzen oder Schmerzen bei Nüchternheit,
- Blähungen,
- Verstopfung.

Tab. 1.

Beeinträchtigung der täglichen Aktivitäten und Verbesserung der Lebensqualität (QoL)

Beeinträchtigung der täglichen Aktivitäten	Baseline (V1), %	Therapieende (V3), %
Schwerwiegend	42	19
Mild bis moderat	45	23
Nicht vorhanden	13	55
QoL	55 ± 19,5	70,5 ± 15,5

Bei den anderen Symptomen trat keine Verbesserung auf.

Eine Verbesserung der Symptome wurde durchschnittlich nach 7 Tagen festgestellt, ein Verschwinden nach 22 Tagen.

Die Veränderung der Therapie in Bezug auf die Beeinträchtigung der QoL ist in Tabelle 1 dargestellt. Die Verbesserung der QoL wurde mit der Kurzversion des Psychological General Well-Being Index (PGWBI-S) ermittelt und ist ebenfalls in Tabelle 1 dargestellt. Diese Verbesserung erwies sich als hochsignifikant ($p < 0,001$).

Von den 21 Patienten, die diese Therapie mit früheren Therapien der funktionellen Dyspepsie vergleichen konnten, bezeichneten 13 (62%) die Therapie mit dem tibetischen Präparat als wirksamer und 9 (43%) als besser verträglich.

Sicherheit

Gesamthaft wurde die Verträglichkeit des Präparats von den Ärzten in 81% der Fälle als gut bis sehr gut beurteilt. Bei der Patientenbeurteilung war dies in 76% der Fall.

11 Patienten berichteten von 17 unerwünschten Ereignissen. Davon war eines schwerwiegend, jedoch ohne Bezug zum Prüfmedikament. Von den anderen unerwünschten Ereignissen erwiesen sich zwei mit einem wahrscheinlichen Zusammen-

hang (1 × Flatulenz, 1 × Aufstossen), acht mit einem möglichen Zusammenhang (2 × Pruritus, 3 × Kopfweg, 1 × Diarrhö, 1 × erhöhte Leberwerte, 1 × Parageusie) sowie drei mit einem unwahrscheinlichen Zusammenhang mit dem Studienmedikament.

Schlussfolgerung

Die Resultate der hier vorgestellten klinischen Studie dokumentieren die Wirksamkeit und Sicherheit des tibetischen Vielstoffgemischs Se'bru 5 bei der Behandlung der funktionellen Dyspepsie, vor allem bei Symptomen wie postprandiales Völlegefühl, lokalisierten und diffusen epigastrischen Beschwerden, Nausea, Magenkrämpfen sowie Appetitmangel. Die Verträglichkeit des Präparats ist gut. Dieses tibetische Vielstoffgemisch kann daher bei funktionellen Verdauungsproblemen des oberen Gastrointestinaltrakts, Appetitlosigkeit und Nausea eingesetzt werden.

Literatur

- 1 Meier R, Hengstler P, Weber F, Maurer H, Bommeli C, Brignoli R: The Tibetan herbal formula Padma Digestin in functional dyspepsia: an open-label study. *Forsch Komplementmed* 2013;20(suppl 2):2–7.