

Wenn es nach der Weltgesundheitsorganisation WHO geht, sind allenfalls 10 Prozent der Bevölkerung so



richtig gesund – und zwar nicht in Schwellen- oder Drittweltländern, sondern in einem Land wie Australien. Die WHO definiert Gesundheit bekanntermassen als einen Zustand völligen Wohlbefindens in körperlicher, geistiger und sozialer Hinsicht. Das schaffen selbst die entspannten Australier «down under» nicht. In einer repräsentativen Telefonumfrage gab nämlich

nur jeder Zehnte an, in den letzten sieben Tagen keinerlei der 46 zur Wahl stehenden Symptome verspürt zu haben (1). Irgendwas ist immer: Die Hitliste der Zipperlein führt – wen wundert's – der Rückenschmerz

Als Ausweg schlagen sie vor, die Angaben zu Nebenwirkungen gemäss der vorliegenden Evidenz zu gewichten: Eine Nebenwirkung, die in einer randomisierten, plazebokontrollierten Studie statistisch signifikant hervortrat, würde dann mehr zählen als diejenigen, die auch unter Plazebo kaum seltener waren. Seltene, mitunter schwere Nebenwirkungen zeigen sich jedoch häufig erst nach Einführung eines Medikaments und nicht bereits in randomisierten Zulassungstudien. Auch dieser Tatsache könne man gerecht werden, meinen Autoren, indem seltene, aber gravierende Nebenwirkungen ebenfalls prominent aufgeführt würden.

Ob man damit auch eine weitere unerwünschte Wirkung langer Nebenwirkungslisten – den Nozeboeffekt – in den Griff bekommen könnte? Nozebo- und Plazeboeffekt liegen vermutlich in der gleichen

Irgendwas ist immer

an (38%), gefolgt von Erschöpfungszuständen (36%), Kopfschmerzen (35%), verschleimter Nase (34%) und Gelenkschmerzen (34%). Die gute Nachricht: Diese Beschwerden waren in der Regel nicht gravierend. Und: Die Sache mit der Nase könnte auch daran gelegen haben, dass man die Umfrage im Winter durchführte.

Man könnte die wenig überraschenden Resultate dieser Umfrage nun mit einem Schulterzucken abhaken und sie als hübsche Bestätigung für etwas, was man sich ohnehin habe denken können, verbuchen. Das australische Team aber stellt sie in einen Zusammenhang, der durchaus von medizinischer Relevanz ist. In einer weiteren Publikation listen die Autoren akribisch die in Beipackzetteln und diversen Gesundheitsportalen genannten Nebenwirkungen von 15 gängigen Medikamenten auf und stellen fest, dass die Hitliste der unerwünschten Wirkungen genau die gleiche Reihenfolge wie die der Alltagszipperlein aufweist (2). Im gleichberechtigten Auflisten banaler Beschwerden als «Nebenwirkung» drohten die wahren, tatsächlich als Substanzeffekt nachgewiesenen und insbesondere schwere, aber seltene Nebenwirkungen unterzugehen, warnen die Autoren.

Grössenordnung (3). Nachdem eine Umfrage in Deutschland vor fast 10 Jahren ergab, dass 15 Prozent der Patienten nach Durchlesen der Nebenwirkungsliste die Medikamente aus Angst in den Müll geworfen hätten, müssen dort neue Beipackzettel von Personen, die der Patientenzielgruppe entsprechen, testhalber gegengelesen werden. Ob das gewünschte Ziel damit erreicht wurde, ist mir nicht bekannt.

Den Beipackzettel völlig zu ignorieren, wie das offenbar nicht wenige Patienten tun, scheint mir allerdings auch keine gute Strategie zu sein. Wissenschaftlich sicher fraglich, aber praktisch hilfreich scheint mir der Tipp eines Fachmanns für Arzneimittelinformation, der vor einiger Zeit in der Zeitschrift «Focus» zitiert wurde. Er riet den Patienten, erst einmal nicht alle Abschnitte zu Nebenwirkungen detailliert zu lesen, aber auf alle Fälle den Beipackzettel zu studieren, falls man sich nach den ersten zwei Tabletten unwohl fühlt.

Renate Bonifer

1. Petrie KJ et al.: How common are symptoms? Evidence from a New Zealand national telephone survey. *BMJ Open* 2014;4:e005374.
2. Tan K et al.: Unhelpful information about adverse drug reactions. *BMJ* 2014; 349:g5019.
3. Petersen GL et al.: The magnitude of nocebo effects in pain: a meta-analysis. *Pain* 2014; 155(8):1426–1434.