

Neue Studie: Erschreckendes über Ibuprofen & Co – freiverkäuflich aber nicht ungefährlich!

Schmerzmittel sind nicht harmlos. Sie alle können bei einem Überkonsum zu erheblichen gesundheitlichen Nebenwirkungen führen, das ist schon dem Beipackzettel zu entnehmen. Doch eine neue, wissenschaftliche Studie förderte Erschreckendes über ein Mittel ans Tageslicht, das kaum aus der Hausapotheke der Deutschen wegzudenken ist. Ibuprofen kostet nicht viel, es ist rezeptfrei – und hat den Ruf eines sicheren und recht harmlosen Schmerzmittels. Hausärzte schreiben es gern ihren Patienten bei diversen, schmerzhaften Beschwerden auf, meistens mit dem Hinweis verbunden, das Mittel nicht über längere Zeit einzunehmen. Eigentlich müsste die Anweisung heißen: Nehmen Sie Ibuprofen nur in einem akuten Schmerzzustand – und auch dann nur kurzzeitig.

Ibuprofen auf Dauer genommen, kann unfruchtbar machen

Das ist berüht und gilt für jedes Schmerzmittel. Jedes pharmazeutische [Schmerzmittel kann bei Dauergebrauch zu ernstesten gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen](#). Das belegte jüngst eine aktuelle Studie eines internationalen Forscherteams. Eines der Ergebnisse war, dass Ibuprofen bei Männern zu Unfruchtbarkeit führen kann. Diese Studie ist im Fachblatt „[Proceedings of the National Academy of Sciences](#)“ (PNAS) nachzulesen. Offenbar kann Ibuprofen die Hormonproduktion in den männlichen Keimdrüsen beeinträchtigen, die das Fortpflanzungshormon Lutropin so in die Höhe treibt, dass dieses fein ausbalancierte Hormonsystem zum Entgleisen bringt. Dadurch wird auch die Produktion des Sexualhormons Testosteron aus der Bahn geworfen, was dann wiederum in der nächsten Stufe die Fruchtbarkeit stark beeinträchtigen kann. MAN muss aber dazu sagen, dass es zu solchen Auswirkungen nur bei einer Dauer-Einnahme in hohen Mengen und Dosierungen der Fall ist. Auch ein anderes, allgemein als harmlos angesehenes Schmerzmittel kann bei Dauereinnahme ungeahnte Schäden verursachen: [Das Schmerzmittel Aspirin steht im Verdacht, das Gehirn von Babys in der Schwangerschaft zu schädigen](#).

Es kommt noch schlimmer: Depressionen, Impotenz und Herz-Kreislauf-Erkrankungen (nach nur kurzer Zeit!)

Das ist aber noch nicht alles. An der Studie haben 31 Männer im Alter von 18 bis 35 Jahren teilgenommen. 14 Männer sollten täglich etwa 600 Milligramm Ibuprofen zu sich nehmen, der Rest der Probanden schluckte (natürlich unwissentlich) nur Placebos. Nach nur 14 Tagen (!) stellten sich laut den Wissenschaftlern erste hormonelle Veränderungen ein. kurze Zeit später wurden die Folgen drastisch: Impotenz, Depressionen und sogar Herz-Kreislauf-Erkrankungen traten auf, und zwar nur bei der Gruppe, die die echten Ibuprofen-Tabletten zu sich nahmen. Die Placebo-Gruppe blieb beschwerdefrei. Wer allerdings nur für einige Tage Ibuprofen, auch in hohen Dosen zu sich nimmt, hat nichts zu befürchten.

„Frei verkäuflich“ heißt nicht „ungefährlich“

Ärzte warnen davor zu glauben, nur weil ein Schmerzmittel frei verkäuflich ist, sei es auch unbedenklich. Viele unterschätzen die Wirkungen und Nebenwirkungen, insbesondere bei längerer Anwendung. Ärzte haben schon massenhaft Patienten gehabt, die Schmerzmittel wie ASS (Acetyl-Salizylsäure, auch „Aspirin“), Ibuprofen, Paracetamol und Diclophenac vollkommen unbesorgt und über längere Zeit schlucken. Gedanken über langfristige Schäden macht sich da niemand.

Insbesondere, wenn Leute mit Gelenkschmerzen jahrelang Ibuprofen einnehmen, sind sie zwar relativ schmerzfrei, doch der Preis kann sehr hoch sein: Sie handeln sich damit oft Magen- und Darmblutungen, Nierenschäden und ein stark erhöhtes Risiko für Herzinfarkt oder Schlaganfall ein, [sagt der Palliativmediziner Sven Gottschling](#). Natürlich verlangt er nicht, dass man tapfer unerträgliche Schmerzen aushält. Bei einem heftigen, akuten Schmerz darf man sehr wohl mal zu einer Schmerztablette greifen.

Es gibt mehr Tote durch Schmerztabletten als durch Verkehrsunfälle

Und dann rückt der Mediziner mit einer erschreckenden Zahl heraus: Vorsichtig geschätzt, sagt er, sterben in Deutschland jedes Jahr etwa 4000 Menschen durch innere Blutungen, die durch Schmerzmittelgebrauch verursacht wurden. Das sind mehr als die deutschen Verkehrstoten.

Sven Gottschling räumt auch mit dem „Schmerzmittel“ Paracetamol auf: „[Noch ein Beispiel: Paracetamol](#). Man weiß heute, dass der Wirkstoff Fieber senkt, aber nicht gegen Schmerzen hilft. Da es aber das einzige „Schmerz“mittel ist, das Schwangere nehmen dürfen, setzen sie es bei Kopfschmerzen ein. Das wirkt dann höchstens im Placebobereich, hat aber negative Effekte auf das Ungeborene: höheres Risiko für ADHS, Asthma, Allergien und schädlich für die Entwicklung der männlichen Sexualorgane.“

Morphin ist auf Dauer weniger gefährlich als Ibuprofen

Überraschend ist die Einschätzung des Palliativmediziners zu Opiaten im Verhältnis zu den freiverkäuflichen „Painkillern“:

„Ärzte müssten sich mit dem Thema Schmerz beschäftigen, einem komplexen Geschehen, bei dem die Psyche ihres Patienten eine ganz wichtige Rolle spielt. Und sie müssten sich mit wirksamer Schmerzbekämpfung auseinandersetzen. Die meisten Ärzte und Patienten haben eine Heidenangst vor Opioiden gegen Schmerzen. Ich plädiere dagegen für einen viel häufigeren Einsatz von Morphin und ähnlichen stark wirkenden Schmerzstillern. Morphin ist für Patienten auf Dauer weniger gefährlich als Ibuprofen oder Diclofenac. Ein Opioid können chronisch Kranke ein Leben lang ohne gesundheitliche Folgen nehmen, die Schmerztabletten eher nicht.“