

Komplementäre und alternative Therapieverfahren bei hämatologischen und onkologischen Erkrankungen: Ginseng

Stand: Juli 2016

Autoren:

CAM Cancer (europäisches Projekt)

KOKON (Kompetenznetz Komplementärmedizin in der Onkologie)

Originalartikel: <https://www.onkopedia.com/de/onkopedia/guidelines/ginseng-panax-ginseng-panax-quinquefolius/@@view/html/index.html>

Leitlinie zur Anwendung von Ginseng in der Onkologie

Mehrere wissenschaftliche Studien liefern Anhaltspunkte dafür, dass Extrakte aus Ginseng bei tumorassoziierter Fatigue (Antriebslosigkeit/Erschöpfung) hilfreich sind. Auch für die Verlängerung des Überlebens, einen Einfluss auf das Tumorsprechen, eine Verringerung der Nebenwirkungen von Chemotherapien sowie eine Verbesserung der Lebensqualität durch Ginseng gibt es – wenn auch in geringerem Maß – Hinweise. Ginseng wird in der Regel gut vertragen und hat, wenn überhaupt, nur geringe und reversible Nebenwirkungen.

Die Leitlinie, herausgegeben von der Deutschen Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie e. V. (DGHO), berichtet über die Verwendung von Ginseng (*Panax ginseng*, *Panax quinquefolius*) als komplementärmedizinisches Therapieverfahren in der Onkologie.

Indikationen: Ginseng werden adaptogene Eigenschaften zugeschrieben, die eine Stärkung der „unspezifischen Widerstandsfähigkeit“ des Körpers gegen Stressoren bewirken. In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) wird Ginseng seit Jahrtausenden zur Erhaltung des sogenannten Yin-Yang-Gleichgewichts eingesetzt. Zu den medizinischen Einsatzgebieten von Ginseng, die sich auf klinische Daten stützen, zählen die Stärkung und Belebung bei Schwäche und Erschöpfungszuständen sowie Zustände verminderter Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit. In einigen weiteren Studien wird der Einsatz von Ginseng im Zusammenhang mit der Behandlung von Tumorerkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes untersucht. In Deutschland sind Präparate aus asiatischem Ginseng (*Panax ginseng*) als nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel zugelassen.

Bei der **Anwendung** von Ginseng ist zu beachten, dass die Art und Qualität der Ginsengpräparate vom Ursprung und dem Alter der Wurzeln, den verwendeten Wurzelteilen sowie der Verarbeitung und Aufbereitung des Rohstoffes abhängen.

Für Heilzwecke werden in erster Linie „weiße“ Wurzeln (Ernte nach 4-7 Jahren) meist als Pulver oder Extrakt in Kapseln/Tabletten zur oralen Verabreichung verwendet. Die in Deutschland empfohlene Tagesdosis beträgt 1-2 g der getrockneten Wurzel mit einem Mindestgehalt von 1,5 % (DAB) bzw. 0,4 % (Ph.Eur) Ginsenosiden (Rg1, Rb1; Wirkstoffe des Ginsengs).

Die **Wirkmechanismen** von Ginseng sind noch weitgehend ungeklärt. Teilweise könnten die Wirkungen auf eine Modulation der Hypothalamus-Hypophysen-Achse oder des zentralen monoaminergen Systems (Neurotransmittersystem) zurückzuführen sein. Von den Wirkstoffen (Ginsenosiden) ist auch bekannt, dass sie Effekte auf das zentrale Nervensystem haben.

Andere Untersuchungen sprechen dafür, dass die adaptogenen Wirkungen von Ginseng mit seinen immunmodulatorischen Eigenschaften zusammenhängen. Auch eine positive Auswirkung auf die körperliche Leistungsfähigkeit wird durch Studien bestätigt (verbesserte Oxidierung freier Fettsäuren durch die Skelettmuskulatur, verringerte Plasmaspiegel von Cortisol etc.).

Insbesondere das Ginsenosid Rg3 zeigte in Versuchsreihen sowohl antiangiogene (Tumorstammhemmende) als auch antiinflammatorische (entzündungshemmende) und proliferationshemmende (Tumorzellenwachstum hemmende) Wirkung. Aktuelle Ergebnisse sprechen dafür, dass dieser Ginsengwirkstoff bestimmte Abläufe beeinflusst, die an der Tumorentstehung und –progression beteiligt sind.

Auch eine blutzuckerspiegel-senkende Wirkung des Ginsengs wurde festgestellt.

Diverse Studien befassen sich mit der **Wirksamkeit** von Ginseng bezüglich seines Einflusses

- auf Überleben, Tumorstadium und Leistungsstatus
- auf die Lebensqualität
- auf tumorassoziierte Fatigue
- auf infektiöse Komplikationen
- auf Nebenwirkungen der Chemotherapie

und weisen auf positive Effekte hin. In einigen Studien ist jedoch für abschließende Ergebnisse eine größere Stichprobenmenge vonnöten.

Präparate mit Ginseng werden generell nur mit geringfügigen **Nebenwirkungen**, wenn überhaupt, in Verbindung gebracht. Diese sind reversibel und äußern sich in Kopfschmerzen, Schlafstörungen und gastrointestinalen Unverträglichkeiten.

Es gibt keine strikten **Kontraindikationen** für den Einsatz von Ginsengextrakten. Da sie Hypoglykämien auslösen können, ist bei Diabetikern Vorsicht angeraten. Bei Patienten mit Schizophrenie, arterieller Hypertonie, kardiovaskulären Erkrankungen oder Insomnie können Symptome durch Ginseng, insbesondere bei längerfristiger Anwendung, verstärkt werden.

In der Literatur gibt es Berichte zu Interaktionen zwischen Ginsengpräparaten und MAO-Hemmern (bestimmte Antidepressiva), Warfarin/Marcumar und Antidiabetika. Aktuelle Übersichtsarbeiten berichteten aber keine klinisch relevanten pharmakokinetischen Wechselwirkungen für Ginsengextrakte.