



## Ginseng mildert Begleitsymptome onkologischer Erkrankungen und ihrer Therapie

In Ausgabe 17/2012 der „Pharmazeutischen Zeitung online“ befasst sich die Autorin Gudrun Heyn mit einem der am häufigsten auftretenden und am stärksten belastenden Begleitsymptome bei Krebserkrankungen: der **Fatigue**.

Dieser extreme Erschöpfungszustand bei krebserkrankten Menschen ist gekennzeichnet durch außerordentliche Müdigkeit, mangelnde Energiereserven oder ein massiv erhöhtes Ruhebedürfnis verbunden mit Leistungsschwäche und oftmals auch Depressionen. Betroffene sind dadurch kaum fähig, ihren gewohnten Alltag zu bewältigen, sich zu konzentrieren und ihnen fehlen Antrieb und Kreativität.

Selbst ausreichender Schlaf oder eine Erholungsphase vermag dies nicht zu bessern. Schon bei geringen und sonst leicht zu bewältigenden Aufgaben fühlt sich der Patient überfordert. Infolgedessen schränkt er seine Aktivitäten im Beruf und Privatleben immer stärker ein.

Das Fatigue-Syndrom hat einen großen Einfluss auf die Lebensqualität Betroffener.

Für viele Krebspatienten stellt die Fatigue das größte Problem dar. Mehr als unter allen anderen Begleiterscheinungen einer Krebserkrankung und Therapie leiden sie unter der chronischen Erschöpfung, die mit einer körperlichen Leistungsschwäche, Lust- und Antriebslosigkeit einhergeht. Trotz ihrer Bedeutung für die Betroffenen wird die Krebs-assoziierte Fatigue kaum beachtet und nur selten behandelt. Für Patienten und Ärzte ist es meist eher ein Phänomen, das es zu ertragen gilt, als ein Symptom, das diagnostiziert und behandelt werden kann.

Eine Studie des Universitätsklinikums Leipzig mit rund 1.500 Patienten und 27 unterschiedlichen Krebserkrankungen zeigt u.a., dass vor allem auch junge Menschen beeinträchtigt sind. Die Ursache ist noch unklar, möglich erscheint jedoch, dass gerade Jüngere den Unterschied zwischen ihren bisher verfügbaren Energiereserven und der durch die Krankheit verminderten Leistungsfähigkeit deutlicher wahrnehmen als Ältere.

Laut Dr. Jens Ruffer von der Deutschen Fatigue Gesellschaft stehen nach heutigem Kenntnisstand und der bisher noch nicht ausreichend geklärten Ursache des Fatigue-Syndroms insbesondere zwei **Therapieansätze** im Vordergrund.

Zahlreiche Studien belegen die Wirksamkeit eines moderaten Ausdauertrainings, d. h. **körperliche Aktivität** kann einen guten Beitrag zur Erhaltung der Lebensqualität der Patienten leisten.

Aber auch die **symptomatische Behandlung** einer tumorassoziierten Fatigue scheint ein geeigneter Therapieansatz zu sein. Hierbei liegt ein besonderes Augenmerk auf den Psychostimulanzien, wobei die Deutsche Fatigue Gesellschaft aufgrund der Studienlage derzeit u.a. den Einsatz von **Ginseng** empfiehlt.

Hierbei ist zu beachten, dass die Wirkung des Ginsengs erst nach einer gewissen Einnahmezeit eintritt und so weist Dr. Ruffer darauf hin, dass die Behandlung über mindestens 3 Monate erfolgen sollte (*Anmerkung: Die „Kurpackung“ mit 200 FloraFarm Ginseng SL Kapseln stellt hierfür die passende Ginsengmenge bereit*).

In Untersuchungen zeigte Ginseng eine Verbesserung der Fatigue bei sehr guter Verträglichkeit.

Eine von der renommierten amerikanischen Mayo-Klinik durchgeführte Untersuchung mit 364 Patienten (Doppelblind-Studie mit 2 g Ginseng vs. Placebo) als auch eine weitere Studie mit 282 Patienten belegen, dass Ginseng (*Anmerkung: Dosis von mindestens 1 g/Tag*) Müdigkeit und Erschöpfung ohne schädliche Nebenwirkungen deutlich verbessern kann.

Den Original-Artikel finden Sie unter [www.pharmazeutische-zeitung.de](http://www.pharmazeutische-zeitung.de).