

Echinacea nützt nichts

r -- Grimm W, Müller HH. A randomized controlled trial of the effect of fluid extract of Echinacea purpurea on the incidence and severity of colds and respiratory infections. Am J Med 1999 (Februar); 106: 138-43

[\[LINK\]](#)

Kommentar: Manuel Battegay

Studienziele

kte von Echinacea purpurea (Roter Sonnenhut) werden zur Vorbeugung und Behandlung von Erkältungen und Infektionen des Respirationstraktes verwendet. Versuche in vitro und in vivo haben verschiedene, möglicherweise vorteilhafte Einflüsse auf das Immunsystem gezeigt. Klinische Relevanz und Wirksamkeit wurden aber bislang nicht untersucht. Weil nach der Einnahme von Echinacea-Extrakten lebensbedrohliche allergische Reaktionen beobachtet worden sind, hat die Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft bisher vom Gebrauch dieses Mittels abgeraten.

Methoden

In einer grossen Allgemeinpraxis in Deutschland wurden zwischen Dezember 1990 und Mai 1991 Personen in die Studie aufgenommen, die während der vorhergehenden 12 Monate mehr als dreimal Erkältungen oder Atemwegsinfekte erlitten hatten. Die Versuchspersonen wurden während 8 Wochen doppelblind mit Placebo-Saft oder mit Echinacea-purpurea-Extrakt behandelt. Die Säfte waren in Aussehen und Geschmack nicht zu unterscheiden. Alle Teilnehmenden wurden zu Beginn, nach 4 und nach 8 Wochen untersucht. Eine Untersuchung wurde zudem jederzeit vorgenommen, wenn Erkältungssymptome wie Ohrschmerzen, verstopfte Nase, Heiserkeit, Husten, Kopfschmerzen, Gelenk- und Muskelschmerzen, Fieber usw. auftraten.

Ergebnisse

In jede Gruppe konnten 54 Personen aufgenommen werden. Bezüglich Häufigkeit, Dauer und Schweregrad von Erkältungen und Infekten der Luftwege ergab sich zwischen den beiden Gruppen kein signifikanter Unterschied. Auch Anzahl und Schweregrad der unerwünschten Wirkungen waren vergleichbar.

Schlussfolgerungen

Echinacea zeigte in dieser Studie keine signifikante prophylaktische oder therapeutische Wirkung auf Erkältungen oder Atemwegsinfekte. Die Studie war allerdings zu klein, um einen geringgradigen Vorteil von Echinacea nachzuweisen.

Diese einfach strukturierte Studie zeigt, dass Evidence Based Medicine auch vor alternativen Medikamenten nicht Halt macht. Obwohl die mit Echinacea-Extrakt behandelten Personen einen deutlichen Trend zu weniger schweren Infekten der oberen Luftwege zeigten, konnte eine signifikante Wirkung

hinsichtlich Inzidenz nicht gefunden werden. Es ist zu erwarten, dass eine Vielzahl ähnlicher Studien ähnlich wie in der Schulmedizin auch bei «rein biologischen» Medikamenten die Spreu vom Weizen trennen.

Manuel Battegay