

Weniger Testosteron wegen Ibuprofen

Das frei verkäufliche Schmerzmittel ist immer beliebter in der Schweiz. Eine neue Studie zeigt nun eine problematische Nebenwirkung.

Rezeptfrei ist nicht gleich unbedenklich: Viele Menschen nehmen bei jedem Wehwehchen eine Tablette. Foto: Ariana Lindquist (Getty Images)

Frei verkäufliche Schmerzmittel sind harmlos, denken viele Menschen, und nehmen die Pillen bei Kopfwahl, Rückenschmerzen und sonstigen Wehwehchen bedenkenlos. Doch rezeptfrei ist nicht gleich unbedenklich. Auch Schmerzmittel wie Ibuprofen, Acetylsalicylsäure oder Paracetamol haben Nebenwirkungen. Bei Ibuprofen haben dänisch-französische Forscher nun eine neue, nicht erwünschte Wirkung gefunden: Ibuprofen hat einen negativen Einfluss auf die männliche Hormonproduktion. Dabei ist Ibuprofen in der Schweiz immer beliebter. Laut dem Verband Pharmasuisse stieg die Anzahl verkaufter Packungen in den letzten 10 Jahren von 2,2 Millionen jährlich auf 5,6 Millionen im Jahr 2016.

In ihrer Studie, erschienen im Fachmagazin «Proceedings of the National Academy of Sciences» haben die Forscher eine Gruppe junger Männer untersucht, die über sechs Wochen täglich 1200 Milligramm Ibuprofen schluckten. Handelsübliche Ibuprofen-Tabletten enthalten entweder 200 oder 400 mg des Wirkstoffs. Gerade Sportler nehmen Ibuprofen teilweise auch prophylaktisch über einen längeren Zeitraum.

Die Studienteilnehmer waren zwischen 18 und 35 Jahre alt und hatten vor der Studie

Alexandra Bröhm

Redaktorin Wissen

@sonntagszeitung 30.01.2018

Artikel zum Thema

Sicher ist nicht wirklich sicher



Analyse Das Schmerzmittel Ibuprofen soll die Hoden schädigen. [Mehr...](#)

Michèle Binswanger. 06:49

«Hormone, ich? Niemals!»

Schweizer Familie Durchstehen würde sie die Wechseljahre – ohne medizinische Hilfe!

kein Ibuprofen eingenommen. Trotzdem zeigte sich schon nach zwei und deutlicher noch nach sechs Wochen, dass sich ihr Hormonspiegel veränderte. Das Ibuprofen bremste die Testosteronproduktion im Hoden. Die Studienteilnehmer entwickelten einen sogenannten kompensierten Hypogonadismus. Normalerweise sind vor allem ältere Männer von dieser Störung betroffen.

«Ein erhöhter LH-Wert ist ein Anzeichen dafür, dass das System aus dem Ruder läuft.»

Felix Beuschlein, Direktor der Klinik für Endokrinologie, Diabetologie und Klinische Ernährung (Uni Zürich)

Ein Hypogonadismus ist eine Verringerung der Hodenfunktion. Der Zusatz «kompensiert» bedeutet: Es ist noch nicht Alarmstufe rot, der Körper kann den Mangel noch kompensieren, die Frage ist allerdings wie lange. Der Körper gleicht den Mangel vorerst aus, indem er die Hoden zu stärkerer Produktion antreibt. Verantwortlich dafür ist die Hirnanhangdrüse. Sie wacht wie ein Polizist über die verschiedenen Hormonsysteme im Körper. Realisiert sie eine schleppende Testosteronproduktion, macht sie dem Hoden mit dem Steuerungshormon LH (luteinisierendes Hormon) Dampf. Die LH-Werte im Körper steigen dann stark an, genau das geschah bei den Studienteilnehmern, damit das Testosteron noch auf normalem Wert gehalten wird. Der Körper muss sich also stärker anstrengen, um eine ausreichende Testosteronproduktion aufrechtzuerhalten.

Gefährlich bei Schwangerschaft

«Ein erhöhter LH-Wert ist ein Anzeichen dafür, dass das System aus dem Ruder läuft», sagt Felix Beuschlein, Direktor der Klinik für Endokrinologie, Diabetologie und Klinische Ernährung am Universitätsspital Zürich. Die neue Studie findet Beuschlein sehr interessant. Weitere Studien müssten nun folgen, um

Doch dann setzen Wallungen, Schlafstörungen, Herzrasen und wechselnde Launen ein. [Mehr...](#)

ABO+ Therese Marty. 23.11.2017

Zu viele Medikamente bei Depressionen

Ärzte behandeln Depressionen oft mit Psychopharmaka statt mit Psychotherapie. Ein niederschwelliges Behandlungsangebot soll die Situation verbessern. [Mehr...](#)

Felix Straumann. 06.02.2017

Hans H. Jung



Der Neurologe ist leitender Arzt an der Klinik für Neurologie des Zürcher Universitätsspitals

herauszufinden, ob das Ibuprofen mittelfristig Auswirkungen auf die Fruchtbarkeit der Männer habe.

Kann der Körper den Mangel nicht mehr ausgleichen und sinkt der Testosteronwert, beeinträchtigt das nicht nur die Fruchtbarkeit, sondern hat beispielsweise auch einen negativen Einfluss auf die Muskelmasse, das Herz-Kreislauf-System oder die Psyche. Ob allein der erhöhte LH-Wert bereits negative Auswirkungen auf die Gesundheit hat, diese Frage können die Forscher noch nicht genau beantworten.

Das Team um den Dänen David Mbjerg Kristensen hatte bereits in früheren Untersuchungen gezeigt, dass während der Schwangerschaft eingenommenes Ibuprofen beim Ungeborenen die Entwicklung der Hoden schädigen kann. Diese Befunde brachten die Wissenschaftler auf die Idee, sich auch den Hormonhaushalt erwachsener Männer unter Ibuprofen-Einfluss genauer anzuschauen.

**«Diese Studie zeigt wieder
einmal, dass man jede
regelmässige
Schmerzmittleinnahme kritisch
hinterfragen sollte.»**

Felix Beuschlein, Hormonspezialist

Auf den ersten Blick mag es erstaunen, dass ein Schmerzmittel derartige Effekte haben kann. Zu tun hat das jedoch mit der Art und Weise, wie Ibuprofen den Schmerz bekämpft. Das Medikament hemmt die körpereigene Produktion gewisser Enzyme im Körper, die unter anderem bei der Schmerzübertragung in den Nervenzellen und bei entzündlichen Prozessen eine Rolle spielen. Doch diese Enzyme haben eben noch andere Aufgaben, sie sind zum Beispiel auch bei der Testosteronproduktion im Hoden beteiligt. Im Hoden entsteht aus Cholesterin in mehreren Schritten das Hormon Testosteron.

und Experte für Kopfschmerzen und Migräne.

Hohe Dosierungen vermeiden

Alle frei verkäuflichen Schmerzmittel haben gewisse Nebenwirkungen:

Paracetamol: (in der Schweiz z. B. als Dafalgan oder Panadol verkauft): Paracetamol kann in hohen Dosierungen und bei regelmässiger Einnahme die Leber schädigen. Als einziges Schmerzmittel darf man es auch in der Schwangerschaft einnehmen, allerdings kam in letzter Zeit der Verdacht auf, dass es das ADHS-Risiko für das ungeborene Kind steigern kann. Paracetamol wirkt gut bei Fieber, weniger gut bei Kopfwegh.

Acetylsalicylsäure: (z. B. Aspirin, Alcaacyl, Alka Seltzer): Acetylsalicylsäure kann die Magenschleimhäute angreifen und zu Blutungen führen. Es wirkt sowieso leicht blutverdünnend, was generell das Risiko für Blutungen erhöht. In hohen Dosierungen schädigt es die Nieren.

Ibuprofen(z. B. Algifor) und andere NSAR, nicht steroidale Antirheumatika (z. B. Voltaren, Tonopan): Die NSAR wirken, anders als Paracetamol, auch entzündungshemmend. Sie belasten den Magen und schädigen in hohen Dosierungen die Nieren. Ibuprofen bremst ausserdem die Testosteronproduktion im Hoden und erhöht eventuell das Risiko, an einem plötzlichen Herztod zu sterben.

«Diese Studie zeigt wieder einmal, dass man jede regelmässige Schmerzmitteleinnahme kritisch hinterfragen sollte», sagt Hormonspezialist Beuschlein. Schon vor dieser neuen Studie haben die Ärzte auf verschiedene Nebenwirkungen des frei verkäuflichen Schmerzmittels hingewiesen. Das beliebte Medikament belastet auch den Magen, indem es ihn zu verstärkter Bildung von Säure anregt, was die Magenschleimhaut irritiert.

Auch die Nieren leiden

«Nicht alle Patienten reagieren in diesem Bereich gleich empfindlich», sagt Hans H. Jung, Neurologe am Universitätsspital Zürich. Aber gerade ältere Menschen, die noch andere Medikamente einnehmen, könnten mit Magenproblemen auf Ibuprofen reagieren. Auch die Nieren leiden unter einer häufigen Einnahme. Eine im «British Medical Journal» 2013 veröffentlichte Studie zeigte beispielsweise, dass mehrere Läufer, die prophylaktisch hoch dosiertes Ibuprofen geschluckt hatten, nach dem Bonner Marathon wegen Nierenversagens im Spital landeten.

Und noch eine weitere Nebenwirkung beschäftigt die Forscher momentan. Es gibt Hinweise, wonach eine regelmässige Ibuprofen-Einnahme das Risiko für einen plötzlichen Herztod erhöhen könnte. Das zeigte eine dänische Studie im letzten Jahr. Die Forscher werteten das Sterberegister Dänemarks aus. Dabei zeigte sich, dass Menschen, die in den Monaten vor ihrem Tod regelmässig Ibuprofen geschluckt hatten, ein höheres Risiko hatten, an plötzlichem Herztod zu sterben. Die Studie war allerdings nur beobachtend, ob das Ibuprofen tatsächlich mitschuldig war, müssten weitere Untersuchungen zeigen.

Auch die Autoren der aktuellen Studie zum Testosteron wollen in weiteren Arbeiten der Frage nachgehen, ob auch tiefer dosiertes Ibuprofen die gleichen Effekte hat und ob sie beim Einnahmestopp reversibel sind. Wer ab und zu mal ein Ibuprofen schlucke, der müsse sich vorerst keine Sorgen machen, auch nicht um seine Fruchtbarkeit. Die Ärzte warnen jedoch vor regelmässiger Selbstmedikation.

(Zürcher Regionalzeitungen)

Die Redaktion auf Twitter

Stets informiert und aktuell. Folgen Sie uns auf dem Kurznachrichtendienst.

@tagesanzeiger folgen

Ist dieser Artikel lesenswert?

Ja

Nein

«Länger anhaltende Kopfschmerzen nicht selbst behandeln»

Neurologe Hans H. Jung über den vernünftigen Umgang mit Schmerzmitteln.

Gehen wir zu leichtsinnig mit frei verkäuflichen Schmerzmitteln um?

Nicht alle Menschen sind sich bewusst, dass auch Medikamente, die man ohne Rezept bekommt, vor allem bei längerer Einnahme gefährliche Nebenwirkungen haben können.

Ab wann ist die Einnahme problematisch?

Wer an mehr als 10 bis 15 Tagen pro Monat Schmerzmittel einnimmt und das über mehr als drei Monate, der riskiert, schmerzmittelinduzierte Kopfschmerzen zu entwickeln.

Was heisst das?

Man bekommt Kopfschmerzen wegen der Schmerzmittel, die man einnimmt. Es ist ein Teufelskreis. Wenn die Betroffenen die Dosis weiter erhöhen, verschlimmert sich das Ganze. Nur ein Entzug unter ärztlicher Aufsicht kann dann noch helfen.

Was raten Sie Menschen, die immer wieder mal Kopfschmerzen haben?

Das kommt darauf an, unter was für Kopfschmerzen sie leiden, ob es Migräne ist oder ob es Spannungskopfschmerzen sind.

Wie merkt man, welchen Kopfschmerz man hat?

Spannungskopfschmerzen sind drückende oder ziehende Schmerzen, häufig beidseitig. Bei Spannungskopfschmerzen hilft beispielsweise Bewegung an der frischen Luft. Bei Migräne nicht. Körperliche Anstrengung steigert den Migräneschmerz. Es ist ein pulsierender Schmerz, meist einseitig. Die Patienten sind häufig lichtempfindlich und leiden auch unter Übelkeit.

Wann sollte man zum Arzt wegen der Kopfschmerzen?

Länger anhaltende oder wiederkehrende Schmerzen sollte man nicht in Eigenregie behandeln. Als Faustregel gilt: Wer öfter als einmal pro Woche Medikamente deswegen einnimmt, der sollte sich von einem Arzt beraten lassen. Auch bei Migräne gibt es gewisse Präparate, die man vorbeugend einnehmen kann.

Was wäre das?

Magnesium, Vitamin B2 und das Co-Enzym Q10. Auch Entspannungsübungen können helfen. Bei schlimmeren Beschwerden verschreiben wir auch Betablocker, Antiepileptika oder schmerzdistanzierende Antidepressiva. Eine solche Basistherapie kann dabei helfen, dass man weniger Schmerzmittel braucht. Aber am besten bespricht man diese Dinge mit einem Neurologen.

Mit Hans H. Jung sprach Alexandra Bröhm