

Funktionelle Verdauungsbeschwerden: Pflanzliche Multi-Target-Therapie mit Pfefferminzöl und Kümmelöl

Funktionelle gastrointestinale Beschwerden sind ein weit verbreiteter Symptomkomplex multifaktorieller Genese. Häufige Beschwerden sind Blähungen, Völlegefühl, Schmerzen und Krämpfe. Zur Linderung der Symptomatik bedarf es meist einer Multi-Target-Therapie. Umfassend belegt ist die Wirksamkeit des pflanzlichen Kombinationspräparats Carmenthin® bei Verdauungsstörungen mit Pfefferminz- und Kümmelöl bei dyspeptischen Beschwerden. Beide Öle sind hochdosiert und wirken auf synergistische Weise sowohl entkrampfend und schmerzlindernd als auch entblähend.



Funktionelle Beschwerden im Magen-Darm-Bereich sind häufige Symptome in der allgemeinärztlichen und gastroenterologischen Praxis. Rund 15–20 % der Bevölkerung in den westlichen Industrieländern sind davon betroffen [1]. Typische Symptome, wie Blähungen, Völlegefühl, Schmerzen und Krämpfe, können einen erheblichen Leidensdruck erzeugen, die Lebensqualität einschränken und emotional wie auch psychosozial stark belasten. Da die Ursachen vielfältig und teilweise ungeklärt sind, werden Diagnose und Therapie von Ärzten und Patienten oft als schwierig und frustrierend erlebt [2]. Bei den Betroffenen lassen sich keine organischen Befunde nachweisen, die die wiederkehrenden, unterschiedlich stark ausgeprägten Beschwerden ausreichend erklären können. Die zugrundeliegende Pathophysiologie ist noch nicht vollständig verstanden, auch wenn eine Vielzahl an Faktoren und Mechanismen, wie gastrointestinale Motilitätsstörungen, duodenale Hypersensitivität, niederschwellige entzündliche Prozesse und auch psychologische Faktoren eine Rolle zu spielen scheinen. Stress, Anspannung, Medikamente oder bestimmte Lebensmittel können die Beschwerden auslösen oder verstärken. Vor dem Hintergrund der Belastungen infolge funktioneller Darmbeschwerden ist eine symptomatische Therapie indiziert,

die auf eine rasch spürbare Linderung der verschiedenen Symptome und eine Verbesserung der Lebensqualität zielt. Eine etablierte Therapieoption zur Symptomlinderung bei dyspeptischen Beschwerden ist das pflanzliche Kombinationspräparat Carmenthin® bei Verdauungsstörungen, eine proprietäre Wirkstoffkombination aus den ätherischen Ölen der Pfefferminze und des Kümmels in spezifizierter Qualität [4].

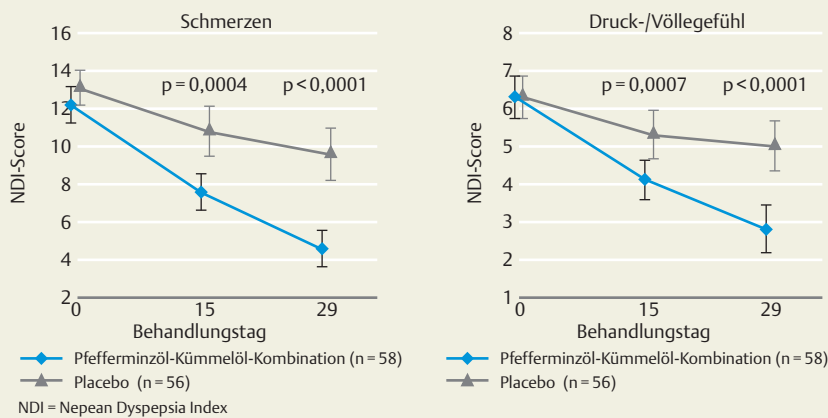
Deutliche Effekte in kurzer Zeit

Beide Öle sind in Carmenthin® hoch dosiert in einer magensaftresistenten Weichkapsel enthalten, pro Weichkapsel 90 mg Pfefferminzöl und 50 mg Kümmelöl [4]. Durch die magensaftresistente Verkapselung werden die beiden Wirkstoffe gezielt in den Darm transportiert, wo sie ihre Wirkung entfalten: Pfefferminzöl hat krampflösende und schmerzlindernde Effekte. Gleichzeitig entbläht und beruhigt Kümmelöl den Darm. Erste pharmakologische Effekte setzen bereits mit der Auflösung der Kapsel nach 1–1,5 Stunden ein [4]. Die Ergebnisse einer Kohortenstudie, die mittels einer modifizierten Version der Gastrointestinal Symptoms Rating Scale (GSRS) 13 verschie-

dene Symptome erfasste, deuten auf eine hohe Erfolgsrate bei der praktischen Anwendung hin [1]. Unter der Behandlung mit Carmenthin® erreichten rund 70 % der Studienteilnehmer (n = 50) innerhalb von einer Woche eine deutliche Symptomlinderung [1]. Jeder 6. Patient verspürte sogar nach nur 2 Tagen eine Besserung. Der GSRS-Gesamtscore verringerte sich signifikant von 48,6 zu Baseline auf 22,8 Punkte nach 3 Wochen ($p < 0,001$) [1]. Die Verträglichkeit wurde von über 80 % der Patienten als „sehr gut/gut“ bewertet [1].

Wirkprinzip weitgehend entschlüsselt

Welche zellbiologischen und molekularen Strukturen die therapeutischen Wirkungen vermitteln, wurde in den letzten Jahren umfassend untersucht und ist mittlerweile in wichtigen Punkten aufgeklärt: Elektrophysiologische Untersuchungen zeigen, dass Pfefferminzöl spannungsabhängige Kalziumkanäle in der glatten Darmmuskulatur hemmt, was eine spasmolytische Wirkung zur Folge hat [5]. Darüber hinaus



► **Abb. 1** Signifikante Reduktion des NDI-Scores für abdominelle Schmerzen (links) und Druck-/Völlegefühl (rechts) unter Carmenthin® vs. Placebo [10].

aktiviert das in Pfefferminzöl enthalten L-Menthol den Kälterezeptor TRPM8, der schmerzlindernde Effekte vermittelt [6]. Wichtige physiologische Mechanismen der karminativen Wirkungen des Kombinationspartners sind ebenfalls aufgeklärt. In therapeutischen Dosierungen verfügt Kümmelöl über ausgeprägte schaumverhütende und damit entblähende Effekte [7]. Außerdem inhibiert es selektiv das Wachstum pathogener gasbildender Mikroorganismen im Darm, ohne aber die nützlichen Darmbakterien zu beeinträchtigen. Die Balance des

Mikrobioms wird so verbessert und übermäßiger Gasbildung dadurch entgegengewirkt [8]. Weiterhin konnte in präklinischen Untersuchungen das synergistische Wirkprinzip der Pflanzenkombi nachgewiesen werden. [9]. Die Kombination der beiden ätherischen Öle linderte viszerale Schmerzen stärker als die Einzelsubstanzen [9].

Belegte klinische Wirksamkeit

Der klinische Nutzen der hochdosierten Pflanzenöl-Kombination bei funktionellen Magen-Darm-Beschwerden wurde in mehreren Studien nachgewiesen. Eine prospektive, multizentrische, randomisierte, placebokontrollierte, Doppelblindstudie bei 114 Patienten mit chronischer oder wiederkehrender funktioneller Dyspepsie untersuchte die Wirksamkeit einer 4-wöchigen Behandlung mit Carmenthin® (2 × tgl. 1 Kapsel) auf die Lebensqualität (Nepean Dyspepsia Index, NDI, Gesamtscore) sowie auf spezifische gastrointestinale Symptome (NDI Score „abdominelle Schmerzen“ bzw. „Druck- und Völlegefühl“) [10]. Sowohl nach 2 als auch nach 4 Wochen war die pflanzliche Fixkombination in Bezug auf die Reduktion der NDI Scores für abdominelle Schmerzen und Druck-/Völlegefühl gegenüber

Placebo signifikant überlegen (► **Abb. 1**). Die ausgeprägte Wirksamkeit war mit einer guten Verträglichkeit assoziiert [10]. In der Langzeitbehandlung hält die Wirkung des Phytopharmakons auf die spezifischen Symptome weiterhin an, wie eine Follow-up-Studie über 12 Wochen zeigte [11]. Eine kürzlich publizierte Metaanalyse bestätigt die gute Wirksamkeit und Verträglichkeit der Pfefferminzöl-Kümmelöl-Kombination [12].

Literatur

- [1] Noe S et al. *Der Internist* 2016; 57 (Suppl 1): 42
- [2] Dhaliwal SK, Hunt RH. *Eur J Gastroenterol Hepatol* 2004; 16: 1161–1166
- [3] Vanheel H, Farré R. *Nat Rev Gastroenterol Hepatol* 2013;10: 142–149
- [4] Fachinformation Carmenthin® bei Verdauungsstörungen; Stand Juni 2018
- [5] Shams R et al. *JSM Gastroenterol Hepatol* 2015; 3: 1036
- [6] Liu B et al. *Pain* 2013; 154: 2169–2177
- [7] Koch E et al. *Z Phytother* 2015; 36 (Suppl 1): S34-S35
- [8] Hawrelak JA et al. *Altern Med Rev* 2009; 14: 380–384
- [9] Adam B et al. *Scand J Gastroenterol* 2006; 41: 155–160
- [10] Rich G et al. *Neurogastroenterol Motil* 2017; 29: e13132
- [11] Holtmann G, Stracke B. *Z Gastroenterol* 2016; 54 – KV420
- [12] Li J et al. *Evid Based Complement Alternat Med* 2019; Article ID 7654947; <https://doi.org/10.1155/2019/7654947>

Impressum

Blickpunkt Medizin zur Zeitschrift für Gastroenterologie
58. Jahrgang, Heft 2, Februar 2020

Der Blickpunkt Medizin erscheint außerhalb des Verantwortungsbereichs der Herausgeber der Zeitschrift für Gastroenterologie.

Berichterstattung: Abdol A. Ameri, Weidenstetten
Redaktion: Irina Rochau, Stuttgart
Titelbild: Tanaly / Yeti Studio – stock.adobe.com

Eine Sonderpublikation unterstützt von Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG., Karlsruhe.

Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag keine Gewähr übernommen werden. Jeder Benutzer ist angehalten, durch sorgfältige Prüfung der Beipackzettel der verwendeten Präparate und ggf. nach Konsultation eines Spezialisten festzustellen, ob die dort gegebene Empfehlung für Dosierung oder die Beachtung von Kontraindikationen gegenüber der Angabe in dieser Beilage abweicht. Eine solche Prüfung ist besonders wichtig bei selten verwendeten Präparaten oder solchen, die neu auf den Markt gebracht worden sind. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers.

© 2020 Georg Thieme Verlag KG, 70469 Stuttgart

FAZIT FÜR DIE PRAXIS

Durch die Kombination von Pfefferminz- und Kümmelöl in einer magensaftresistenten Kapsel kann ein breites Spektrum von Symptomen angegangen werden, die für viele Patienten mit funktionellen Verdauungsstörungen belastend sind – insbesondere Schmerzen, Krämpfe, Blähungen und Völlegefühl. Überdies kommt es infolge des synergistischen Wirkprinzips zu einer Linderung der für diese Erkrankung ebenfalls typischen viszerale Hyperalgesie.

Medikamentenhinweis

Carmenthin® bei Verdauungsstörungen. Zusammensetzung: 1 magensaftresistente Kapsel enthält: Wirkstoffe: Pfefferminzöl 90 mg, Kümmelöl 50 mg. Sonstige Bestandteile: Gelatinepolysuccinat; Glycerol 85 %; Polysorbat 80; Propylenglycol; Glycerolmonostearat 40–55; Methacrylsäure-Ethylacrylat-Copolymer (1:1) (Ph. Eur.); Mittelkettige Triglyceride; Natriumdodecylsulfat; Natriumsulfat; Natriumchlorid; Sorbitol (Ph. Eur.); Titandioxid; Eisen(III)-hydroxid-oxid x H₂O; Patentblau V; Chinolingelb. **Anwendungsgebiete:** Dyspeptische Beschwerden, besonders mit leichten Krämpfen im Magen-Darm-Bereich, Blähungen, Völlegefühl. **Gegenanzeigen:** Bekannte Überempfindlichkeit gegen Pfefferminz, Menthol, Kümmel, andere Doldengewächse oder einen der sonstigen Bestandteile des Arzneimittels, bei Achlorhydrie, bei Lebererkrankungen, bei Gallensteinen, bei Cholangitis oder anderen Gallenerkrankungen. **Nebenwirkungen:** Bei empfindlichen Personen Magenbeschwerden (z. B. Aufstoßen). Sehr selten allergische Reaktionen. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe