

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 77 (1999)
Heft: 12

Rubrik: Medizin

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

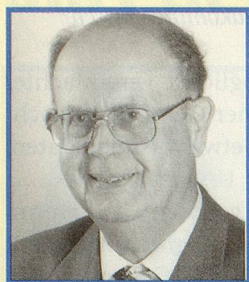
Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Medizin



Dr. med. Fritz Huber

Sind Kapsel- umhüllungen schädlich?

Ich gebe mir Mühe, mit möglichst wenig Chemie gesund zu leben. Ich nehme jeden Tag eine Kapsel Grünlippmuschel-Extrakt und auch Halibut-Kapseln. Woraus besteht eigentlich die Kapsel? Nimmt man mit gutgemeinten Medikamenten auch jedes Mal noch Gift ein?

Arzneimittel lassen sich auf unterschiedliche Art und Weise dem Körper zuführen. Damit das Medikament seine Wirkung zur richtigen Zeit am richtigen Organ entfalten kann, muss der Wirkstoff dem Organismus in einer geeigneten Form angeboten werden.

Wir unterscheiden grundsätzlich feste, flüssige und halb feste Arzneiformen. Von der Antike bis in die Neuzeit war die Pille die meistgebrauchte Arzneiform überhaupt, kugelförmig, aus einer halbfeuchten, klebrigen Pillenmasse mit eingearbeiteten Medikamenten bestehend und nach Rezept für die individuellen Bedürfnisse vom Apotheker hergestellt. Sie ist heute verschwunden und nur noch die zur Schwangerschaftsverhütung bestimmte «Pille», die fachtechnisch eine Hormontablette, aber keine Pille ist, erinnert an sie.

Heute stehen Tabletten, Dragées und Kapseln verbrauchsmässig an der Spitze aller Arzneimittelformen. Sie sind bequem zu schlucken, chemisch-physikalisch stabil, gut dosierbar, rationell herzustellen und zu verpacken.

Im Zusammenhang mit Ihrer Frage stehen zwei Kapselformen zur Diskussion: die Hartkapsel und die Weichkapsel. Der von Ihnen regelmässig eingenommene Grünlippmuschel-Extrakt wird in einer Hartkapsel angeboten. In Hartkapseln werden Wirkstoffe «verpackt», deren Tabletlierung wegen ihres Geschmacks, oder weil sie vor der Einwirkung der Magensäure geschützt werden müssen, problematisch ist. Die Herstellung der Hartkapsel erfolgt grundsätzlich in zwei getrennten Arbeitsgängen: Zuerst wird die zweiteilige Hülle gefertigt. Sie besteht zur Hauptsache aus gehärteter Gelatine, zusätzlich werden zur Herstellung oft noch Farbstoffe und oberflächenaktive Substanzen benötigt. In einem zweiten Prozess wird die eigentliche Arzneiform hergestellt, indem die Wirkstoffe in die vorfabrizierte Kapsel abgefüllt werden. Hier werden Weichmacher (z. B. Mannitol, Sorbitol, Laktose) als Hilfsstoffe eingesetzt, um die Wirkstoffe «fliessfähig» zu machen.

Bei den Halibut-Kapseln handelt es sich um Weichkapseln. Diese Kapselform wird vollautomatisch in einem Arbeitsgang hergestellt und in der Regel mit einem flüssigen oder pastösen Wirkstoff (wie z. B. Lebertran) gefüllt. Das Gerüst der Kapsel besteht ebenfalls aus Gelatine. Weichmacher (z. B. Glycerol, Sorbitol) sorgen für deren Elastizität. Farbstoffe, Konservierungsmittel und Aromastoffe müssen unter Umständen beigelegt werden, um die

Haltbarkeit und Akzeptanz des Medikamentes zu gewährleisten. Alle für die Kapselherstellung verwendeten «Baustoffe» dürfen nur eingesetzt werden, wenn sie den strengen Normvorschriften entsprechen, vom Lebensmittelgesetz zugelassen sind und von der Arzneimittelkommission akzeptiert wurden.

Aus Ihren Ausführungen spricht ein tiefes Misstrauen gegenüber der «Chemie». Sie argwöhnen, dass die günstige Wirkung der von Ihnen bevorzugten natürlichen Heilmittel durch die in den Kapselhüllen verborgenen «chemischen Gifte» in Frage gestellt werde.

Es lässt sich in der Tat nicht bestreiten, dass praktisch bei allen Heilmitteln, die längere Zeit aufbewahrt und in einer geschmacklich akzeptablen Form angeboten werden müssen, Behandlungen mit chemischen Zusatzstoffen nötig sind.

Über die Herstellung der Medikamente wacht in der Schweiz die sogenannte IKS (Interkantonale Kontrollstelle für Heilmittel). Gerade jetzt bemühen sich die zuständigen Stellen des Bundes darum, diese zentrale Kontrolle zu verstärken und die rechtliche Stellung der Kontrollorgane auf Gesetzesebene zu verbessern. Die «Eidgenössische Pharmakopoe» (das Arzneimittelbuch des Bundes) wurde mit der «Europäischen Pharmakopoe» harmonisiert, und die dazugehörigen verbindlichen Kommentare legen die Richtlinien für die Herstellung der verschiedenen Arzneimittelformen fest. Hier wird auch vorgegeben, welche Stoffe bei der Kapselherstellung Verwendung finden dürfen.

Eines möchte ich Ihnen an dieser Stelle zu bedenken geben: Jedes Heilmittel, unabhängig davon, ob es aus

CONTINA®

WÄSCHE

bei Blasenschwäche

Sicherheit für viele Stunden!




***** NEU *****
Kindergrossen

Damen Gr. 36–58
Mädchen Gr. 104–164

Herren Gr. 46–62
Knaben Gr. 104–164

Sicherer Schutz OHNE Einlage, OHNE Binden, OHNE Windeln

**Sie waschen Ihre CONTINA-Sicherheits-Unterhose
beliebig oft im Kochgang. Besser, hygienischer und
sparsamer geht es nicht!**

Sparen Sie pro Jahr über Fr. 1'000.– an Einlagen, Windelhosen und ähnlichem.
CONTINA-Sicherheits-Unterhosen machen sich in kurzer Zeit bezahlt.

Fordern Sie den ausführlichen Gratis-Prospekt C 349 an!

Wellsana GmbH VERSAND ☎ **071/335 09 90**

Postfach 57 9053 Teufen fax 071/335 09 98
Internet: <http://www.wellsana.ch>

Pflanzen oder andern «natürlichen» Quellen gewonnen oder aber chemisch synthetisiert wurde, ist etwas Fremdes für den Körper und tritt mit ihm in Wechselwirkung. Es wirkt in erster Linie aber nicht ausschliesslich dort, wo krankhafte Vorgänge günstig beeinflusst werden sollten. Weil nicht jeder Organismus gleich auf die fremde Substanz reagiert, sind auch die Wirkungen und die Nebenwirkungen eines Medikamentes von Mensch zu Mensch verschieden. Sie sind vor allem dosisabhängig. Praktisch jedes wirksame Medikament hat auch Nebenwirkungen. Werden die «harmlosen» Halibut-Kapseln längere Zeit einem chronisch Nierenkranken verabfolgt, können sie bei ihm schwerwiegende Nebenwirkungen auslösen. Bei einem Allergiker kann die Einnahme einer Grünlippmuschel-Extrakt-Kapsel zu einer lästigen allergischen Hautreaktion führen.

Ich bin überzeugt, dass viele «natürliche» Medikamente wertvolle und auch von der Schulmedizin zunehmend anerkannte Heilkräfte entwickeln; ich erachte es aber als ein wenig hilfreiches Unterfangen, wenn «Naturheilkräfte» gegen chemisch synthetisierte Wirkstoffe ausgespielt werden. Vergessen wir nicht: zur Bekämpfung von lebensbedrohlichen Not-situationen ist die Medizin immer wieder auf die in ihrer Zusammensetzung und Wirkung klar definierten Substanzen angewiesen, die ihr die pharmazeutische Industrie zur Verfügung stellt. Viel wichtiger und sinnvoller als die strikte Ablehnung aller industriell hergestellten Medikamente ist der bewusste Einsatz und das sorgfältige Abwägen von Nutzen und Risiko aller Heilmittel, die uns heute zur Verfügung stehen

und die wesentlich dazu beigetragen haben, dass wir heute ein längeres Leben bei besserer Gesundheit geniessen können als unsere Vorfahren.

Tarsaltunnelsyndrom

Bei mir (70) wurde ein Tarsaltunnelsyndrom an beiden Füssen festgestellt. Eine Operation, so der Orthopäde, würde die Situation nicht verbessern. Kann vielleicht die Einnahme von Vitamin B12 helfen?

Das Tarsaltunnelsyndrom, von dem Sie unglücklicherweise an beiden Füssen betroffen sind, gehört in die Gruppe der sogenannten «Einklemmungsneuropathien» und löst ein Beschwerdebild aus, das bei den Betroffenen die täglichen Aktivitäten behindern und die Lebensqualität stark reduzieren kann. Warum ein wichtiger Fussnerv plötzlich im engen Kanal zwischen dem inneren Knöchel, dem Fersenbein und einem Halteband eingeklemmt und geschädigt wird, lässt sich nicht in allen Fällen sicher eruieren. Gelegentlich können die Folgen von früheren Verletzungen oder entzündliche und degenerative Veränderungen der benachbarten Gelenke oder Wasseransammlungen in den Beinen dafür verantwortlich gemacht werden, oft bleibt die Ursache aber unklar. Das Krankheitsbild ist geprägt von hartnäckigen dumpfen Schmerzen, Missempfindungen und Gefühlsstörungen an der Ferse und über der Fusssohle und im fortgeschrittenen Stadium von Bewegungseinschränkungen des Vorderfusses und der Zehen.

Die primär verlockende Annahme, die quälenden Beschwerden liessen sich ohne Probleme durch einen das Engnis ausweitenden chirurgischen Eingriff mit einem Schlag beheben, erfüllt sich

leider nicht. Ihr Orthopäde hat Recht, die Operationsresultate sind enttäuschend, die Operationsnarben können die Situation noch verschlimmern.

Leider ist aber auch die von Ihnen erhoffte günstige Wirkung von Vitamin B12 bei Einklemmungsneuropathien noch nie nachgewiesen worden. Vitamin B12 ist ein unentbehrlicher Blutbildner, es trägt zur Reifung der roten Blutzellen bei, sichert die Integrität des Nervengewebes und ist unabdingbar zur Behandlung der sogenannten «perniziösen Anämie». Mit dieser Blutkrankheit sind in einzelnen Fällen auch Schädigungen des Nervengewebes verbunden, die ebenfalls mit Vitamin B12 geheilt werden können.

Erleichterung verschaffen können aber erfahrungsgemäss lokale Kortikosteroid-

Injektionen evtl. kombiniert mit einem Lokalanästhetikum, welche direkt in den «Engpass» injiziert werden. Zu empfehlen ist überdies die Anpassung gut gepolsterten Schuhwerks, wenn nötig mit vom Orthopäden verordneten Einlegesohlen, welches den gequälten druckempfindlichen Nerv entlastet.

Ich möchte Sie dazu ermuntern, wenn es noch nicht geschehen ist, die Fragen nach der Angemessenheit von lokalen Kortikosteroid-Injektionen und der Anpassung neuen Schuhwerks mit Ihrem Hausarzt oder Orthopäden ganz offen zu besprechen. Diese werden am besten in der Lage sein, definitiv zu entscheiden, ob diese therapeutischen Massnahmen Ihnen Erleichterung bringen können.

Dr. med. Fritz Huber