

Mit Rosskastanien-Extrakt auf der sicheren Seite

Bei Venenschäden werden Schmerzen, Schwellungen und Juckreiz gelindert – und das ohne ernste Nebenwirkungen

Die Venen in unseren Beinen haben die Funktion, das Blut aus den Armen, Beinen und Organen wieder zurück zu Herz und Lunge zu führen. Das ist keine ganz einfache Aufgabe, da dieser venöse Blutfluss im Stehen gegen die Schwerkraft erfolgen muss. Um diese zu überwinden, sind Venen mit Klappen ausgestattet, die wie ein Ventil wirken und verhindern, dass das Blut der Schwerkraft folgend in die falsche Richtung fließt.

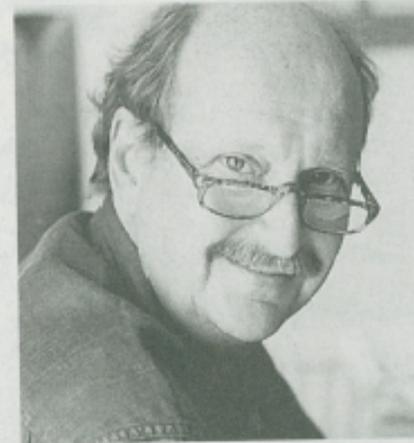
Bei Menschen, die an Krampfadern (Varizen) leiden, ist diese Funktion jedoch gestört. Varizen sind im Wesentlichen Aufdeh-

Die beste ursächliche Therapie ist, den Venenschaden chirurgisch zu beheben. Daneben gibt es Möglichkeiten, die Symptome wie Schwellung, Schmerz, Schweregefühl, Juckreiz zu lindern. Tabletten mit Extrakten aus den Samen der Rosskastanie (*Aesculus hippocastanum*) sind hier sehr beliebt. Sie enthalten Aescin, welches die Spannung der Venen erhöht und ihre Durchlässigkeit vermindert. Auf diese Weise könnten die oben beschriebenen Prozesse gehemmt werden. Wirkungen dieses pflanzlichen Heilmittels sind biologisch, sie haben also eine plausible Basis.

nungen der Beinvenen, die durch einen erhöhten Druck in den Gefässen verursacht werden. Die Folge ist, dass die Venenklappen nicht mehr richtig schliessen und die Ventilfunktion verloren geht. Wenn das eintritt, kommt es zu den unschönen Erscheinungen, von denen vor allem Frauen mittleren Alters betroffen sind.

Abgesehen von dem kosmetischen Problem sind Varizen auch eine ernst zu nehmende Erkrankung. Unbehandelt kann sich ein Geschwür entwickeln, das meist nur schwer heilt und im Extremfall eine Amputation der Extremität erforderlich macht.

Die Frage, ob dies auch tatsächlich zu Linderungen der Symptome führt, kann jedoch nur durch klinische Studien beantwortet werden. In einer Datenanalyse, einem sogenannten Cochrane Review, zu diesem Thema fassten wir 16 wissenschaftlich anerkannte Studien zusammen. Die Auswertung ergab, dass die Rosskastanien-Präparate die Schmerzen deutlich besser lindern, als mit einer Placebo-Behandlung. Ferner zeigt sich, dass auch die Schwellungen der Beine reduziert werden. Somit steht die Wirksamkeit dieser Therapie ausser Frage.



Edzard Ernst, Professor für Komplementärmedizin an der Universität Exeter, schreibt für die Sonntagszeitung monatlich über alternative Therapien

Wichtig ist schliesslich noch sicherzustellen, dass Rosskastanien-Extrakte keine ernsten Nebenwirkungen verursachen. Gross angelegte Beobachtungsstudien belegen, dass sie weitgehend harmlos sind. Die notierten Nebenwirkungen sind durchweg mild und ähneln in ihrer Häufigkeit und Schwere denen eines Placebos.

Das Fazit ist also erfreulich eindeutig: Rosskastanien-Extrakte gehören zu den wenigen Therapieformen der Alternativmedizin, die gut belegt sind und die zweifellos mehr Nutzen als Schaden verursachen.