

## Thema der Woche: Ginkgo

### Ginkgo

Pflanzliche Wirkstoffe sind die Basis vieler unserer Medikamente. Auch bei der Alzheimerdemenz gibt es gute Argumente für manche pflanzliche Therapie. Der asiatische Baum *Ginkgo biloba* enthält in seinen Blättern verschiedene Substanzen, die beispielsweise Gedächtnisstörungen oder Konzentrationsstörungen bessern können.

Aber auch bei Schwindel oder sogar Tinnitus, die auch als Begleiterscheinungen von Demenzerkrankungen auftreten können, kann Ginkgo offenbar helfen. Dies ermittelten Forscher nun in einer aktuellen Untersuchung.

Was bei pflanzlichen Mitteln aber gern vergessen wird: was wirkt, hat auch Nebenwirkungen. Manche der enthaltenen Substanzen können allergische Reaktionen auslösen oder schädlich auf Organe wirken. Wie verträglich ist also Ginkgo als Medikament? Klinisch getestet und als Therapiemittel anerkannt sind Extrakte, die speziell die nützlichen Substanzen angereichert haben, aber die schädlichen Bestandteile nur reduziert aufweisen. Damit konnte eine Untersuchung kaum schädliche Effekte finden. Der Nutzen überwog also deutlich bei solchen speziellen Extrakten aus dem Ginkgo.

Hier die Beiträge der letzten Woche:

- [Ginkgo-Zubereitung kann bei Tinnitus und Schwindel von Demenz-Patienten helfen](#)
- [Ist aufgereinigtes Ginkgo ein sicheres Mittel? Keine Hinweise auf Nebenwirkungen bei halbjähriger Behandlung](#)

# MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

## Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

---

---

---

## Meine Fragen

---

---

---

## Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

---

---

---

## Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am \_\_\_\_\_:

---

---

---

---

---

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“