



Schwangere Frauen dürfen viele Medikamente nicht nehmen, weil sie ihrem Kind schaden könnten.

FOTO: EMMI KORHONEN, DPA

Schmerzmittel für Schwangere

Weil Ibuprofen und Aspirin dem Baby schaden könnten, nehmen werdende Mütter bei Schmerzen meist Paracetamol. Doch nun gibt es auch hier zunehmend Vorbehalte. Zu Recht?

VON CHRISTIAN HEINRICH

Egal wohin sie geht, was sie tut, was sie isst – eine schwangere Frau ist niemals allein. Das in ihr heranwachsende Menschlein ist untrennbar mit ihr verbunden, das ist der Zauber einer Schwangerschaft. Genau diese Verquickung aber kann auch zum Problem werden: bei der Einnahme von Medikamenten. Denn ein Mittel, das der Mutter guttut, kann für das Kind, das fast immer auch etwas davon abbekommt, schädlich sein.

Das gilt sogar für vermeintlich harmlose, häufig eingenommene Medikamente wie Schmerzmittel: Von Aspirin wird während der Schwangerschaft abgeraten, und Ibuprofen sollte nur bis ungefähr zur 29. Schwangerschaftswoche eingenommen werden. Ärztinnen und Ärzte empfehlen daher meist Paracetamol, wenn die Schwangere sich erkündigt, welches Mittel sie etwa gegen Rücken- oder Kopfschmerzen nehmen kann. Paracetamol gilt als unproblematisch auch während der Schwangerschaft. Doch in jüngster Zeit wird dies zunehmend angezweifelt.

So veröffentlichten Wissenschaftler um den Zellbiologen David Møbjerg Kristensen vor wenigen Wochen im Fachmagazin *Nature Reviews Endocrinology* eine viel beachtete Stellungnahme, in der sie beim Einsatz von Paracetamol während der Schwangerschaft zur Vorsicht raten. Experimentelle und epidemiologische Ergebnisse liefern demnach Hinweise darauf, dass Paracetamol womöglich die Entwicklung des ungeborenen Kindes beeinflussen kann. Das könne so weit gehen, dass die Risiken für Fehlentwicklungen des Nervensys-

tems und der Geschlechtsorgane steigen, schreiben die Forscher. Die Stellungnahme wurde bislang von mehr als 90 Wissenschaftlern weltweit unterstützt.

Tatsächlich haben immer wieder einzelne Studien zum Thema Besorgnis ausgelöst. So wurden 2013 und 2014 Studien veröffentlicht, wonach eine Einnahme von Paracetamol während der Schwangerschaft über mehr als 28 Tage bei den Kindern mit motorischen Entwicklungsverzögerungen und Verhaltensauffälligkeiten im Alter von drei Jahren in Verbindung gebracht wurde. Auffällige Ergebnisse haben auch Wissenschaftler der Universität Bristol im Jahr 2016 in einer großen Studie vorgelegt, die

Einige Studien sehen Paracetamol als Ursache späterer Verhaltensauffälligkeiten

7796 Mütter und ihre Kinder einschloss: Bei sieben Jahre alten Kindern, deren Mütter zwischen der 19. und der 32. Schwangerschaftswoche Paracetamol eingenommen hatten, lag das Risiko für Verhaltensprobleme, unter anderem im Bereich der Störungen aus dem Autismusspektrum, um 46 Prozent höher als bei Kindern, deren Mütter kein Paracetamol genutzt hatten.

Die Forscher um Kristensen haben nun derartige Studien zwischen 1995 und 2020 systematisch ausgewertet und kommen zu dem Schluss, dass eine Wirkung auf den Fötus vorhanden sein könnte. Für Schwangere würde das bedeuten: Es gibt zumindest für das letzte Drittel der Schwangerschaft kein Schmerzmittel mehr, das sie problemlos einnehmen können.

Doch womöglich sind derartige Schlussfolgerungen unangebracht. So sieht es zumindest Christof Schaefer, ehemaliger ärztlicher Leiter des Beratungszentrums für Embryonaltoxikologie an der Charité in Berlin. „Das, was in dem sogenannten Konsens-Papier vorgelegt wird, ist mit großer Vorsicht zu bewerten“, sagt Schaefer. Es werde davon ausgegangen, dass viele Schwangere Paracetamol ohne Nachzudenken in hohen Dosen einsetzen. „Unserer Erfahrung nach besteht aber bei Schwangeren und Ärzten eher Zurückhaltung.“

Schaefer kritisiert auch die wissenschaftlichen Schlussfolgerungen der Studie. „Widersprüchlichkeiten und methodische Schwächen der vorliegenden Studien werden kaum thematisiert. Ebenso wenig die Hintergründe von komplexen Auffälligkeiten wie Autismusspektrumstörungen, die hier Paracetamol zugeordnet werden“, so Schaefer. Außerdem fehlten bei den Autoren Experten aus dem Fachgebiet der klinischen Teratologie, also dem medizinischen Teilgebiet, das sich mit körperlichen und organischen Fehlbildungen befasst. „Deshalb handelt es sich auch nicht, wie behauptet, um ein Konsens-Papier, das würde Teilnehmer aus verschiedenen Fachgesellschaften voraussetzen“, sagt Schaefer. Betrachte man die aktuelle Studienlage, dann stehe fest: „Paracetamol ist, richtig dosiert, kein hochgefährliches Medikament! Für Paracetamol sollte bei der Einnahmehäufigkeit aber der Grundsatz befolgt werden, der während der Schwangerschaft für jedes Medikament gilt: so wenig wie möglich und so viel wie nötig.“

In der Praxis bedeute das: Bei leichten Schmerzen – seien es Rücken- oder Kopf-

schmerzen – sollte man zunächst versuchen, ohne Medikamente auszukommen. Oft wirken Maßnahmen wie körperliche Bewegung, frische Luft und Entspannungsverfahren wie Yoga oder Meditation genauso gut wie eine Tablette Ibuprofen oder Paracetamol.

Anke Diemert, stellvertretende Direktorin der Klinik für Geburtshilfe und Pränatalmedizin des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE), empfiehlt ebenfalls, nicht sofort zu einem Schmerzmittel zu greifen, sondern zunächst andere Wege auszuprobieren, um die Schmerzen zu mildern – auch angesichts der einschlägigen Studien zu einer möglichen Wirkung

Bewegung, Bäder und Massagen können eine Alternative sein – aber nicht immer

von Paracetamol auf den Fötus. Bei Rückenschmerzen während der Schwangerschaft hat sie zum Beispiel gute Erfahrungen mit Bewegung, Bädern und Massagen gemacht bei ihren Patientinnen. „Allerdings muss man sich auch klarmachen, dass Schmerzen unterschiedliche Ursachen haben und individuell sehr unterschiedlich erlebt und wahrgenommen werden“, sagt Diemert.

Wenn im letzten Drittel der Schwangerschaft starke Schmerzen auftreten und diese nicht über andere Behandlungsmethoden zurückgehen, dann führe an Paracetamol kaum ein Weg vorbei, sagt Diemert. „Es gilt abzuwägen, denn starke Schmerzen, die aus Sorge vor Schmerzmitteln unbehindert bleiben, stellen ebenfalls einen

großen physischen und psychischen Stress dar. Auf Dauer ist auch dies nicht ungefährlich und kann den Schwangerschaftsverlauf und die Entwicklung des Kindes negativ beeinflussen.“

Darüber hinaus wird Paracetamol manchmal auch bei Fieber verordnet, hier ist die Lage laut Diemert ähnlich: „Hohes Fieber der Mutter stellt eine Belastung für die Mutter und das ungeborene Kind dar. In solchen Situationen muss ich als behandelnde Ärztin in jedem einzelnen Fall neu überlegen, was für die Einheit aus Mutter und ungeborenem Kind besser ist: Paracetamol einzunehmen und diese Belastungssituation schnell zu beenden, oder nichts zu tun und womöglich einige belastende Stunden und Tage für Mutter und Kind in Kauf zu nehmen.“

Wie Schaefer glaubt auch Diemert: „Kein Kind wird eine Entwicklungsstörung haben, weil seine Mutter eine Tablette Paracetamol in der Schwangerschaft eingenommen hat. Neben der Einnahmedauer kommt es auf die korrekte Dosierung an.“

Sie wird daher auch in Zukunft Schwangeren zu Paracetamol raten, die hohes Fieber oder starke Schmerzen haben und bei denen andere Behandlungsansätze sich als nicht wirksam erwiesen haben. Aber sie wird auch immer darauf hinweisen: „Sobald die Schmerzen nachlassen, oder Sie anders damit zurecht kommen, setzen Sie das Paracetamol bitte wieder ab!“ Das hat Diemert ihren Patientinnen bisher schon immer nachdrücklich gesagt – nach den neuesten wissenschaftlichen Veröffentlichungen wird sie es noch nachdrücklicher sagen.