

Wenig Nutzen, viel Schaden: Schmerzmittel vor dem Marathonlauf

veröffentlicht 07.10.2010 06:22

[Google-Anzeigen](#)

[Geistheiler](#)

[Geistheilung](#)

[Heiler](#)

[Praktika](#)

Bilder



Bildquelle: aboutpixel.de / Laufen © Moonlight

Marathonläufer, die vor dem Start Schmerzmittel einnehmen, haben ein zwei- bis sechsfach höheres Risiko für Gesundheitsprobleme wie Kreislaufversagen und Erbrechen. Das hat eine Untersuchung von Dr. Michael Küster (Bonn) und Prof. Dr. Kay Brune (Erlangen-Nürnberg) beim Bonn Marathon ergeben, deren Ergebnisse sie beim Deutschen Schmerzkongress in Mannheim vorstellten.

Mehr als die Hälfte aller Teilnehmer des Marathons hatten vor dem Start Schmerzmittel eingenommen. Schwere Nebenwirkungen wie Nierenversagen kamen ausschließlich in der Gruppe der Schmerzmittelanwender vor. „Schmerzmittel vor dem Lauf nutzen wenig und schaden nachhaltig“, warnen die die Spezialisten.

Nierenversagen und Magen-/Darmblutungen nur unter Medikamenten

Wie schon die Untersuchung aus dem letzten Jahr gezeigt hat, greifen über die Hälfte der Läufer vor dem Start zu Schmerzmitteln, meist unverordnet und in falscher Dosierung. Dieses Jahr analysierten die Forscher auch die gesundheitlichen Probleme der Läufer. Ergebnis: In der Gruppe der Schmerzmittelanwender waren Probleme wie Kreislaufversagen, Erbrechen, blutige Durchfälle, blutiger Urin während des Laufs zwei- bis sechsmal häufiger als bei Abstinenten. Besonders bedrückend: Alle krankenhauspflichtigen Nierenversagen und Magen-/Darmblutungen traten unter Ibuprofen (Nierenversagen) oder Azetylsalizylsäure (Magen-/Darmblutungen) auf. Die Autoren schätzen, dass sich jedes Jahr Tausende von Ausdauersportlern durch die überflüssige und nur marginal wirksame Einnahme von Schmerzmitteln schaden.

Quelle: Deutsche Gesellschaft zum Studium des Schmerzes e.V. (DGSS)