

## Nach einer Operation: Kann Ingwer helfen, Übelkeit und Erbrechen vorzubeugen?



Niedrig dosierte Ingwerpräparate, die vor einer Operation eingesetzt werden, können Übelkeit und Erbrechen nach dem Eingriff nicht vorbeugen. Dosierungen von mindestens 1 Gramm könnten manchen Menschen helfen; dies ist jedoch noch nicht sicher belegt. Ingwer verursacht wahrscheinlich keine ernsthaften Nebenwirkungen.

**Niedrig dosierte Ingwerpräparate, die vor einer Operation eingesetzt werden, können Übelkeit und Erbrechen nach dem Eingriff nicht vorbeugen. Dosierungen von mindestens 1 Gramm könnten manchen Menschen helfen; dies ist jedoch noch nicht sicher belegt. Ingwer verursacht wahrscheinlich keine ernsthaften Nebenwirkungen.**

Nach Operationen sind Übelkeit und Erbrechen häufige Probleme, die manchmal auch den Umgang mit Schmerzen erschweren können. Die Häufigkeit der so genannten postoperativen Übelkeit ist abhängig von der Art des Eingriffs, der Narkosemethode und anderen Faktoren. Übelkeit oder Erbrechen können auch unerwünschte Wirkungen von Opioiden (Medikamente auf Opiatbasis) sein. Opioide wie Morphin werden nach Operationen eingesetzt, um die Schmerzen zu lindern. Eine Schätzung besagt, dass durchschnittlich über 30 Prozent der frisch operierten Patienten mit Übelkeit und Erbrechen zu tun haben. Bei etwa der Hälfte von ihnen dauern diese Beschwerden allerdings nicht lange an. Bei manchen sehr langwierigen Operationen, darunter auch bei gynäkologischen Eingriffen, können Übelkeit und Erbrechen allerdings auch häufiger auftreten.

Manche Menschen haben ein höheres Risiko für Übelkeit, zum Beispiel stark übergewichtige. Besonders starke Übelkeit und häufiges Erbrechen können den Erholungsprozess nach einer Operation verzögern und komplizieren. Die Beschwerden können auch dazu führen, dass nicht genug Schmerzmittel eingesetzt werden. Medikamente, die Übelkeit oder Erbrechen vorbeugen, werden "Antiemetika" genannt. Zwar kommen unterschiedliche Arten dieser Medikamente vor und nach Operationen zum Einsatz, es gibt aber kein "ideales" Mittel, das das Auftreten der postoperativen Übelkeit verhindern kann. Es werden deshalb oft verschiedene Alternativen ausprobiert, darunter auch komplementäre Behandlungen wie Akupunktur oder pflanzliche Medikamente.

Eine Behandlungsmöglichkeit ist die Einnahme eines Ingwerpräparats (lateinische Wirkstoffbezeichnung: "Zingiberis officinale"). Ingwer wird in der traditionellen asiatischen Medizin gegen Übelkeit und Erbrechen verwendet. Es gibt Hinweise darauf, dass das Mittel gegen morgendliche Übelkeit in der Schwangerschaft hilft. Mehr darüber können Sie hier ([URL: http://www.gesundheitsinformation.de/index.349.de.html](http://www.gesundheitsinformation.de/index.349.de.html)) lesen. Weshalb Ingwer Übelkeit und Erbrechen vermutlich lindern kann, ist nicht genau bekannt. Ingwerpräparate scheinen keine ernsthaften Nebenwirkungen zu haben, können allerdings Sodbrennen verursachen.

Übelkeit und Brechreiz können nach Operationen besonders heftig sein. Selbst wenn Ingwer zum Beispiel morgendliche leichte Übelkeit in der Schwangerschaft lindert, kann man daher nicht automatisch davon ausgehen, dass Ingwer auch bei starker postoperativer Übelkeit hilft. Um herauszufinden, ob die Forschung belegen konnte, dass Ingwer bei diesem Problem wirkt, haben thailändische Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler nach Studien gesucht, in denen mindestens 1 Gramm Ingwer vor einer Operation eingesetzt wurde, um Übelkeit und Erbrechen vorzubeugen. Sie fanden fünf Studien mit insgesamt knapp über 350 Teilnehmerinnen und Teilnehmern, die die Frage nach der Wirkung untersuchten.

Es zeigte sich, dass Ingwer der postoperativen Übelkeit zumindest etwas vorbeugen konnte. Die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler wiesen jedoch darauf hin, dass die meisten Studienteilnehmer aus Asien stammten und ein durchschnittliches Körpergewicht von 50 kg hatten. Das ist weniger als das Durchschnittsgewicht der Menschen aus europäischen und amerikanischen Ländern. Dies könnte bedeuten, dass eine Dosis von nur 1 Gramm bei schwereren Menschen nicht ausreicht, um eine Wirkung zu zeigen. Höhere Ingwerdosierungen, die eingesetzt wurden, betragen 2 oder mehr Gramm. Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler in Deutschland prüften auch Studien, in denen die Ingwer-Dosierung niedriger war als 1 Gramm. Diese Präparate konnten Übelkeit und Erbrechen nach Operationen nicht vorbeugen. Die Forscher bezweifeln zudem, ob höhere Dosierungen tatsächlich helfen könnten. Das bedeutet, es gibt noch viele offene Fragen zur Anwendung von Ingwer gegen postoperative Übelkeit.

Wir werden diese Information aktualisieren, sobald mehr Forschungsergebnisse zur Verfügung stehen. Bis dahin sollten Menschen, die Ingwer zur Vorbeugung von Übelkeit nach Operationen einsetzen möchten, von einer Dosierung von weniger als 1 Gramm keine Wirkung erwarten.

Über Möglichkeiten, Schmerzen nach Operationen zu lindern, können Sie in unserem Merkblatt ([URL: http://www.gesundheitsinformation.de/index.354.de.html](http://www.gesundheitsinformation.de/index.354.de.html)) mehr lesen.

## Glossar

### Akupunktur

Akupunktur ist eine alternative bzw. komplementäre Therapieform der traditionellen chinesischen Medizin. Die Ärztin oder der Arzt sticht feine Nadeln in genau definierte Punkte des Körpers. Dies soll angenommene Blockaden im Körper auflösen oder Organe anregen bzw. beruhigen.

## Quellen

Chaiyakunapruk N, Kitikannakorn N, Nathisuwan S, Leeprakobboon K, Leelasettagool C. The efficacy of ginger for the prevention of postoperative nausea and vomiting: a meta-analysis. *Am J Obstet Gynecol* 2006; 194: 95-99.

[PubMed-Zusammenfassung (URL:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=16389016&ordinalpos=7&itool=Entrez> ]

Chrubasik S, Pittler MH, Roufogalis BD. Zingiberis rhizoma: a comprehensive review on the ginger effect and efficacy profiles. *Phytomedicine* 2005; 12: 684-701. [PubMed-Zusammenfassung (URL:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=16194058&ordinalpos=11&itool=Entrez> ]

Morin AM, Betz O, Kranke P, Geldner G, Wulf H, Eberhardt LHL. Ist Ingwer ein sinnvolles Antiemetikum für die postoperative Phase? Eine Metaanalyse randomisierter kontrollierter Studien. [Is ginger a relevant antiemetic for postoperative nausea and vomiting? A meta-analysis of randomised controlled studies.] *Anästhesiol Intensivmed Notfallmed Schmerzther* 2004; 39: 281-285.

Tramer MR. Treatment of postoperative nausea and vomiting. *BMJ* 2003; 327: 762-763. [Volltext (URL:

<http://www.bmj.com/cgi/content/full/327/7418/762> ]

## Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

## Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de).

## Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.