

# **Ergebnisse eines Tests mit KrankenpflegerInnen: Wirkstoffkombination mit Ginseng verbessert Konzentration, Aufmerksamkeit und Gedächtnis**

*Prof. Keith A. Wesnes, Gründer der Cognitive Drug Research (CDR) Ltd.*

**Ein mit KrankenpflegerInnen durchgeführter Test zeigt die Auswirkung von Ginseng auf die durch Nachtarbeit hervorgerufene körperliche und geistige Müdigkeit. In dieser Studie wurde ein Modell einer durch Schichtarbeit hervorgerufenen Müdigkeit validiert und gezeigt, dass eine Kombination von Multivitaminen, Mineralstoffen und dem standardisierten Ginseng-Extrakt G115<sup>®</sup> - die in ProAktiv Pharmaton<sup>®</sup> Filmtabletten enthalten ist - die kognitiven Funktionen bei gesunden Probanden, die an Müdigkeit und Stress leiden, verbessern und gleichzeitig die subjektiven Müdigkeitssymptome reduzieren kann.**

**Es gibt nun vermehrt Hinweise darauf, daß eine solche spezifische Kombination von Vitaminen und Mineralstoffen in Kombination mit Ginseng positive Auswirkungen auf die Fähigkeit hat, Informationen im Langzeitgedächtnis zu behalten und von dort abzurufen.**

## **Entwicklung eines speziellen Untersuchungsmodells**

Die negativen Auswirkungen von arbeitsplatzbezogener Müdigkeit sind bei Schichtarbeitern und Menschen mit schwer vorhersagbarer Arbeitsbelastung besonders ausgeprägt. Es ist daher naheliegend, Produkte gerade in dieser Gruppe von Menschen zu testen, die bei der Bekämpfung der Müdigkeit eine positive Wirkung haben könnten.

„Dabei ist es besonders wichtig, das zu verwendende Modell zu validieren sowie klinisch objektive und relevante Endpunkte zu bestimmen“, unterstreicht Prof. Keith A. Wesnes, Gründer der Cognitive Drug Research (CDR) Ltd. mit Sitz in Reading, UK, der diese Untersuchung im Jahr 2000 durchführte. „Wir haben daher ein gezieltes Modell entwickelt, bei dem im Nachtdienst arbeitende KrankenpflegerInnen einer umfassenden Testreihe unterzogen wurden – und zwar sowohl vor als auch unmittelbar nach drei aufeinanderfolgenden Nachtdiensten.“

## Testparameter

Es handelte sich hier um eine randomisierte, doppelblinde, plazebokontrollierte Studie mit parallelem Gruppendesign gemäß den internationalen GCP-Richtlinien (Good Clinical Practice). 32 Probanden - und zwar männliche und weibliche Krankenpfleger im Nachtdienst - mit einem durchschnittlichen Alter von 31,6 Jahren wurden untersucht: 17 erhielten ein Plazebo; 15 von ihnen Pharmaton<sup>®1</sup> Filmtabletten (1 mal täglich,  $77\pm 3$  Tage).

Ziel des Tests war herauszufinden, ob die Gabe von Pharmaton<sup>®1</sup> Filmtabletten über eine Dauer von 12 Wochen dazu beitragen würde, den verschiedenen im Modell festgestellten Veränderungen entgegenzuwirken.

Die Bewertung der kognitiven Funktion mit Hilfe des validierten, computerisierten Cognitiven Drug Research Systems (CDR), das die folgenden kognitiven Funktionen testet:

- Aufmerksamkeit, Konzentration und geistige Fitness
- Kurzzeitgedächtnis
- Langzeitgedächtnis

Die validierten Lebensqualität-Messungen erfolgten beispielsweise mit Hilfe der Chalder-Müdigkeitsskala.

Berichte unerwünschter Nebenwirkungen sowie allgemeine klinische Beurteilung wurden zu Beginn und am Ende der Studie (Elektrokardiogramm) sowie bei allen Kontrolluntersuchungen (Vitalfunktionen) durchgeführt ebenso wie Labordaten (Hämatologie, Blut- und Harnwerte) zu Beginn und am Ende der Studie erhoben wurden.

Änderungen der Ausgangswerte wurden entweder mit Hilfe des Student t-Tests durch Varianzanalysen oder nicht-parametrischen Methoden analysiert.

Im Allgemeinen wurden Pharmaton<sup>®1</sup> Filmtabletten von den in dieser Studie untersuchten Probanden gut vertragen.

## **ProAktiv Pharmaton<sup>®</sup>: Positive Auswirkungen auf Konzentration und Gedächtnis**

Ohne jegliche Behandlung zeigten die Probanden eine signifikante Abnahme der Aufmerksamkeitsfähigkeit sowie des Kurzzeit- und des (episodischen) Langzeitgedächtnisses. Parallel dazu vermerkten sie auch eine deutliche Zunahme der körperlichen und geistigen Müdigkeit.

---

<sup>1</sup> Handelsname in Österreich: ProAktiv Pharmaton<sup>®</sup>

**„Die Behandlung mit Pharmaton<sup>®</sup> Filmtabletten zeigte hingegen statistisch signifikante positive Auswirkungen auf die Konzentrationsfähigkeit, die Aufmerksamkeitskontinuität, die Gedächtnisqualität** sowie auf selbst beurteilte Parameter, wie geistige Frische (alertness), Ausgeglichenheit, Zufriedenheit und Müdigkeit“, führt Wesnes dazu aus.

Weiters wurde festgestellt, dass **Pharmaton<sup>®</sup> Filmtabletten dazu beitragen, die durch die Schichtarbeit hervorgerufenen Beeinträchtigungen zu verringern und positive Auswirkungen auf verschiedene Aspekte der kognitiven Funktion und Stimmungslage zeigen**“, Wesnes. **„Gleichzeitig wurde das subjektive Symptom der Müdigkeit reduziert.“**