Prävention und Integrative Onkologie
eine Arbeitsgemeinschaft der
Deutschen Krebsgesellschaft (DKG)

STIFTUNG
PERSPEKTIVEN
FÜR MENSCHEN

Faktenblatt: Ginseng

November 2021

Methode/Wirkstoff

Ginseng ist eine Pflanze, die hauptsächlich in Asien vorkommt. Der amerikanische Ginseng weist ähnliche Eigenschaften auf.

Die getrockneten Wurzeln werden in der traditionellen asiatischen Medizin zur Behandlung unterschiedlicher Erkrankungen eingesetzt.

Nicht verwechselt werden darf Panax ginseng mit Eleutherococcus, auch Sibirischer Ginseng genannt.

Einfluss auf den Verlauf der Tumorerkrankung

Es gibt keine Hinweise, dass Ginseng einen Einfluss auf den Verlauf einer Krebserkrankung hat.

Wirksamkeit bei Beschwerden

Ginseng hat möglicherweise eine positive Wirkung bei Fatigue. Die Ergebnisse aus Studien sind aber widersprüchlich. In einigen Studien wurde bei hohen Dosierungen von 1000-3000 mg/Tag Verbesserungen erreicht. In diesen Studien wurde amerikanischer, asiatischer und koreanischer Ginseng eingesetzt – die Dosierungen in den Studien sind unterschiedlich.

Wechselwirkungen

Ginseng kann die Blutungszeit beeinflussen, so dass Wechselwirkungen mit blutgerinnungshemmenden Medikamenten wie Acetylsalicylsäure oder Marcumar möglich sind.

Nebenwirkungen

In höheren Dosierungen können Nebenwirkungen auftreten, wie Herzrasen, Übelkeit, Durchfall, Kopfschmerzen, Schlafstörungen und innere Unruhe. Allergische Reaktionen und Hautveränderungen sind möglich.
Teilweise steigen die Leberwerte (sog. Transaminasen) an.

Kontraindikationen

In Laborversuchen hat Ginseng östrogenartige Wirkungen. Ob dies auch beim Menschen der Fall ist, ist unklar. Ginseng sollte deshalb aber bei hormonabhängigen Krebsarten wie Brustkrebs und Unterleibskrebs der Frau nicht verwendet werden.

Fazit

Ginseng kann einigen Patienten mit Fatigue helfen, ist aber nicht geeignet für Patientinnen mit hormonabhängigem Brustkrebs. Gute Ginseng-Präparate in ausreichender Dosierung sind teuer, die Krankenkassen übernehmen die Kosten nicht. Es gibt amerikanischen, asiatischen und koreanischen Ginseng, der unterschiedlich dosiert wird.
Andere Behandlungsmöglichkeiten einer Fatigue finden Sie im Informationsblatt zu den Nebenwirkungen der Tumortherapie.