

Gesundheit weiter gedacht

Selen-Präparate

Alles, was Sie darüber wissen müssen.

Selen ist ein Spurenelement und als Teil von Enzymen an wichtigen Stoffwechselprozessen im Körper beteiligt ist. Es spielt insbesondere beim Zellschutz (antioxidative Prozesse) eine Rolle. Zu niedrige, aber auch zu hohe Selenwerte können sich langfristig negativ auf die Gesundheit auswirken.

Natürliche Selenquellen sind beispielsweise Fisch, Fleisch, Innereien, Steinpilze, Kohlrabi, Paranüsse, Kokosnüsse und Sesam.

Selen gibt es auch als verschreibungspflichtiges Arzneimittel, rezeptfreies Arzneimittel oder als Nahrungsergänzungsmittel.

Nahrungsergänzungsmittel sind grundsätzlich keine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen. Sie können daher nicht zu Kassenlasten verordnet werden.

Hat ein Patient einen nachgewiesenen Selenmangel, der sich über die Ernährung nicht beheben lässt, kann der Arzt verschreibungspflichtige Selenhaltige Arzneimittel auf Kassenrezept verordnen. Ein Selenmangel kann durch eine Blutuntersuchung festgestellt werden.

Rezeptfrei erhältliche Selenhaltige Arzneimittel können für Erwachsene nicht zu Kassenlasten verordnet werden, sondern nur für Kinder bis zum vollendeten 12. Lebensjahr sowie für Jugendliche mit Entwicklungsstörungen bis zum vollendeten 18. Lebensjahr.

Selen wird auch eingesetzt in der Tumorthherapie, zur Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen, bei Hashimoto Thyreoiditis (Schilddrüsenerkrankung) oder zur Verringerung von Nebenwirkungen einer Chemo- oder Strahlentherapie. Für diese Anwendungsgebiete haben Selen-Präparate keine Zulassung, daher ist eine Verordnung zu Kassenlasten nicht möglich.

Die unkritische Einnahme zu hoher Dosen von Selen kann sogar schaden. Anzeichen eines Selenüberschusses können Müdigkeit, Erbrechen, Durchfall, Muskelschwäche, Veränderungen der Nägel, Haarausfall und ein knoblauchartiger Atemgeruch sein.

Wir bedanken uns für Ihr Verständnis und wünschen Ihnen für Ihre Gesundheit alles Gute!

Ihre
BARMER