



Bayer Vital GmbH
Unternehmenskommunikation
51366 Leverkusen
Deutschland
Tel. +49 214 30-1
www.bayer.com/media

Presse-Information

Wenn Medikamente auf die Stimmung schlagen: Was tun, wenn Antidepressiva belasten?:

Studie zu 30 Antidepressiva: Nebenwirkungen beeinflussen Therapieerfolg – pflanzliche Alternative als mögliche Option

- 30 Antidepressiva im Test: Viele verursachen starke Nebenwirkungen wie Gewichtszunahme oder Blutdruckanstieg
 - Pflanzliche Alternative: Johanniskrautextrakt wirkt effektiv bei leichten bis mittelschweren Depressionen – mit günstigerem Nebenwirkungsprofil
 - Richtige Dosierung und ärztliche Beratung sichern langfristige Wirkung und Therapietreue
-

Leverkusen, 26. November 2025 – Patientinnen und Patienten die unter Depressionen leiden, haben oft schwere und herausfordernde Zeiten – Medikamente können helfen, die Stimmung zu stabilisieren. Aber was, wenn die Behandlung selbst zur Belastung wird? Eine aktuelle Großstudie im renommierten Fachjournal „The Lancet“ von einem Forschungsteam des King’s College London analysierte 30 verschiedene Antidepressiva bei über 58.000 Patientinnen und Patienten.¹

Die Studie fand schnell breite mediale Beachtung: Sowohl Bild² als auch die Pharmazeutische Zeitung³ griffen die Ergebnisse auf und lenkten die öffentliche Aufmerksamkeit auf das bislang oft unterschätzte Problem belastender Nebenwirkungen.

Eine der zentralen Erkenntnisse der Metaanalyse (The Lancet, 2025) ist, dass einige Antidepressiva mit einem erhöhten Risiko einer Gewichtszunahme verbunden sind. Hier zeigten sich bei einem Antidepressivum sogar im Vergleich zu Placebo eine Risikoerhöhung um fast 50 Prozent.

Auch Fettstoffwechselveränderungen, Blutdruckanstieg und sexuelle Dysfunktionen treten hier häufiger auf. Andere synthetische Antidepressiva weisen zwar ein geringeres Risiko einer Gewichtszunahme oder Stoffwechselveränderungen auf, allerdings können sie die innere Unruhe beeinflussen und es sollten bei der Anwendung regelmäßig die Leberwerte kontrolliert werden.

Nebenwirkungen können dazu führen, dass Patientinnen und Patienten ihre Antidepressiva eigenmächtig absetzen oder eine notwendige Medikation ablehnen. Dabei liegt die Abbruchrate unter synthetischen Antidepressiva bei ca. 40 %. Daraus ergeben sich klare Anforderungen an eine offene und kontinuierliche Arzt-Patienten-Kommunikation sowie an eine nachhaltige Therapiebegleitung. Um Therapieabbrüche und Chronifizierungen zu vermeiden, ist eine sorgfältige individuelle Risikoevaluierung unerlässlich. Viele Menschen wünschen sich eine Behandlung, die nicht zusätzlich belastet. Ärztinnen und Ärzte sind sich einig: Nur wer sich mit der Therapie wohlfühlt, bleibt langfristig dabei. Deshalb gewinnen gut verträgliche Alternativen immer mehr an Bedeutung.

Johanniskrautextrakt: Wirksame pflanzliche Option - wissenschaftlich untermauert

Johanniskrautextrakt ist ein pflanzliches Antidepressivum und eine Möglichkeit, leichte bis mittelschwere Depressionen zu behandeln. Dabei weist es ein günstigeres Nebenwirkungsprofil gegenüber synthetischen Antidepressiva aus. Studien zeigen: Hochdosierter standardisierter Johanniskrautextrakt wirkt ebenso zuverlässig wie bekannte synthetische Medikamente und wird in der aktuellen Leitlinie, der NVL (Nationale VersorgungsLeitlinie) Unipolare Depression, zur Behandlung von leichten bis mittelschweren Depressionen empfohlen.⁴ Es beeinflusst gezielt und wirksam die „Glücksbotenstoffe“ Dopamin, Noradrenalin und Serotonin, ohne stark in einzelne Systeme einzugreifen.^{5,6} So bleiben häufige Begleiterscheinungen wie Gewichtszunahme, Schläfrigkeit oder sexuelle Probleme aus – das schon die Lebensqualität, unterstützt die Therapietreue und geht mit einer klinisch belegten Wirksamkeit einher.^{6,7} Nach der Remission ist eine Erhaltungstherapie über 6 bis 12 Monate sinnvoll, um Stabilität zu gewährleisten und Rückfälle zu vermeiden.⁴

Nur richtig dosiert hilft: Worauf Sie bei Johanniskraut achten sollten

Für eine nachgewiesene Wirkung ist die richtige Dosierung entscheidend. Produkte aus Drogerien und Supermärkten sind nicht für die Behandlung von leichten bis mittelschweren Depressionen zugelassen, sondern auch qualitativ fragwürdig und viel zu niedrig dosiert. Hochwertige, standardisierte Präparate erhalten Sie ausschließlich in der Apotheke.⁴ Eine ärztliche Beratung ist unverzichtbar, wenn Sie eine hochwirksame pflanzliche Therapie wünschen.

Weniger Nebenwirkungen, mehr Lebensqualität

Unter einer Therapie mit Antidepressiva sind Nebenwirkungen häufige Gründe für Therapieabbrüche – darum zählt eine gute Verträglichkeit doppelt. Johanniskrautextrakt bietet eine evidenzbasierte, gut akzeptierte und sichere Alternative für Menschen, die sich eine nebenwirkungsarme Behandlung wünschen – für mehr Lebensqualität und eine langfristig stabile Therapie.⁴⁻⁷

Johanniskrautextrakt bei leichten und mittelschweren Depressionen

- **Wirksamkeit:** vergleichbar mit synthetischen Antidepressiva bei leichten bis mittelgradigen Depressionen
- **Verträglichkeit:** Nebenwirkungen auf Placeboniveau, keine Gewichtszunahme, keine Sedierung, keine sexuelle Dysfunktion
- **Verfügbarkeit:** apothekenpflichtig, Produkte zugelassen für mittelschwere Depressionen sind verschreibungspflichtig und GKV-erstattungsfähig
- **Therapietreue:** Johanniskrautextrakt sichert durch gute Wirksamkeit und Verträglichkeit die Therapietreue

Quellen

1. Pillinger, T., et al. (2025). The effects of antidepressants on cardiometabolic and other physiological parameters: a systematic review and network meta-analysis. The Lancet. DOI: 10.1016/S0140-6736(25)01293-0.
[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(25\)01293-0/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(25)01293-0/fulltext)

2. Bild.de Redaktion (2025). Alle Nebenwirkungen von 30 Antidepressiva im Experten-Check. <https://www.bild.de/leben-wissen/alle-nebenwirkungen-30-antidepressiva-im-experten-check-68f874f059e2e09750707ccd>
3. Pharmazeutische Zeitung Redaktion (2025). Nebenwirkungen von Antidepressiva im Vergleich. <https://www.pharmazeutische-zeitung.de/nebenwirkungen-von-antidepressiva-im-vergleich-159864/>
4. Nationale VersorgungsLeitlinie (NVL) Unipolare Depression, Version 3.0. (2023). Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ), Berlin. <https://www.leitlinien.de/depression>
5. Zhao, D., et al. (2023). The efficacy and safety of St. John's wort extract in depression therapy compared to SSRIs in adults: A meta-analysis of randomized clinical trials. *Advances in Clinical and Experimental Medicine*, 32(2), 151-161. DOI: 10.17219/acem/152942.2023
6. Linde, K., et al. (2015). St. John's wort for major depression. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2015(8), CD000448. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD000448.pub3>
7. Barnes, J., Anderson, L. A., & Phillipson, J. D. (2001). St John's wort (*Hypericum perforatum* L.): a review of its chemistry, pharmacology and clinical properties. *Journal of Pharmacy and Pharmacology*, 53 (5), 583-600. <https://doi.org/10.1211/0022357011775910>

Weitere Informationen erhalten Sie hier: <https://www.springermedizin.de/30-antidepressiva-im-nebenwirkungscheck/51730652>

Über Bayer

Bayer ist ein weltweit tätiges Unternehmen mit Kernkompetenzen in den Life-Science-Bereichen Gesundheit und Ernährung. Getreu seiner Mission „Health for all, Hunger for none“ möchte das Unternehmen mit seinen Produkten und Dienstleistungen Menschen nützen und die Umwelt schonen – indem es zur Lösung grundlegender Herausforderungen einer stetig wachsenden und alternden Weltbevölkerung beiträgt. Bayer verpflichtet sich dazu, mit seinen Geschäften einen wesentlichen Beitrag zur nachhaltigen Entwicklung zu leisten. Gleichzeitig will der Konzern seine Ertragskraft steigern sowie Werte durch Innovation und Wachstum schaffen. Die Marke Bayer steht weltweit für Vertrauen, Zuverlässigkeit und Qualität. Im Geschäftsjahr 2024 erzielte der Konzern mit rund 93.000 Beschäftigten einen Umsatz von 46,6 Milliarden Euro. Die Ausgaben für Forschung und Entwicklung beliefen sich auf 6,2 Milliarden Euro. Weitere Informationen sind im Internet zu finden unter www.bayer.com/de.

Die Bayer Vital GmbH vertreibt die Arzneimittel der Divisionen Consumer Health und Pharmaceuticals in Deutschland. Mehr Informationen zur Bayer Vital GmbH finden Sie unter: www.gesundheit.bayer.de

Kontakt für Medien:

Erwin Filter, Tel. +49 175 300 2838

E-Mail: erwin.filter@bayer.com

mz (2025-0218)

Zukunftsgerichtete Aussagen

Diese Presse-Information kann bestimmte in die Zukunft gerichtete Aussagen enthalten, die auf den gegenwärtigen Annahmen und Prognosen der Unternehmensleitung von Bayer beruhen. Verschiedene bekannte wie auch unbekannte Risiken, Ungewissheiten und andere Faktoren können dazu führen, dass die tatsächlichen Ergebnisse, die Finanzlage, die Entwicklung oder die Performance der Gesellschaft wesentlich von den hier gegebenen Einschätzungen abweichen. Diese Faktoren schließen diejenigen ein, die Bayer in veröffentlichten Berichten beschrieben hat. Diese Berichte stehen auf der Bayer-Website www.bayer.com/de zur Verfügung. Die Gesellschaft übernimmt keinerlei Verpflichtung, solche zukunftsgerichteten Aussagen fortzuschreiben und an zukünftige Ereignisse oder Entwicklungen anzupassen.