

Kultur, Gesellschaft & Wissen

Gefährdet Paracetamol das ungeborene Kind?

Medizin US-Präsident Trump provozierte mit der Äusserung, Schmerzmittel in der Schwangerschaft könnten beim Neugeborenen zu Autismus führen. Doch solche Zusammenhänge sind haltlos – ausserdem gibt es viele alternative Behandlungen für Schwangere.

Anke Fossgreen

Die umstrittene Warnung vor Paracetamol von Donald Trump hat den Einsatz von Schmerzmitteln in der Schwangerschaft in den Fokus gerückt. Tatsächlich sollten Schwangere vorsichtig bei der Einnahme von Schmerzmitteln sein. Die wichtigsten Fragen und Antworten.

— Ist Paracetamol in der Schwangerschaft tatsächlich gefährlich für das ungeborene Kind?

Paracetamol ist ein Schmerzmittel mit fiebersenkender Wirkung, das kaum entzündungshemmend ist. Der auch Acetaminophen genannte Wirkstoff gelangt durch die Plazenta zum ungeborenen Kind. Eine mögliche Schädigung wird seit Jahren diskutiert. Weltweit relativierten führende Fachleute jedoch Trumps Aussagen, wonach Paracetamol zu autistischen Kindern führen könne, denn die Studien dazu sind widersprüchlich.

Eine aktuelle Übersichtsstudie vom August 2025 kam zum Schluss, dass Kinder von Müttern, die in der Schwangerschaft Paracetamol eingenommen hatten, ein erhöhtes Risiko von Autismus-Spektrumstörungen (ASS) oder Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) zeigten.

Das Forschungsteam um Andrea Baccarelli von der Harvard-Universität hatte 46 Studien zu dem Thema ausgewertet, von denen 27 ein Risiko fanden, 9 kein Risiko und 4 umgekehrt gar einen schützenden Effekt.

Mit dieser Art von Studien könnten die Wissenschaftler jedoch keine Kausalität feststellen, sagte der Erstautor der Studie, Diddier Prada vom Mount Sinai Institute in New York, gegenüber der «New York Times». Die Frage ist also nicht geklärt, ob das Medikament die Ursache ist. Andere Fachpersonen verweisen darauf, dass genetische Ursachen und familiäre Umstände bei der Ausprägung von ASS und ADHS eine grosse Rolle spielen.

Entscheidend sei zudem die Dauer der Einnahme, betonen Andrea Burch und Ursula von Mandach von der Schweizerischen Akademie für Perinatale Pharmakologie (SAPP). «Bisherige Untersuchungen haben Hinweise gegeben, dass eine Anwendung von Paracetamol von mehr als zwei Wochen mit ASS oder ADHS beim Kind korreliert sein könnte», schreiben die klinischen Pharmazeutinnen auf Anfrage.

Die Studienautoren um Andrea Baccarelli und Diddier Prada heben in ihrer Veröffentlichung hervor, dass sie gegen eine «pauschale Einschränkung» von Paracetamol seien. Hingegen empfehlen sie eine «umsichtige Verwendung». Das heisst, Schwangere sollten stets die niedrigste wirksame Dosis einnehmen, bei der kürzestmöglichen Dauer und unter ärztlicher Aufsicht. Zudem solle eine individuelle Risiko-Nutzen-Abwägung getroffen werden. «Gegen eine sporadische Einnahme, zum Beispiel



Bei Schmerzen sollten Schwangere zuerst auf sanfte Methoden wie Massage oder Akupunktur setzen – und erst dann rezeptpflichtige Medikamente anwenden. Foto: Justin Paget (Getty)

bei einem grippalen Infekt, spricht nichts», schreiben die SAPP-Expertinnen Andrea Burch und Ursula von Mandach.

— Wann sollten Schwangere Paracetamol trotzdem einnehmen?

Paracetamol ist für Schwangere zum Beispiel empfohlen, wenn sie an Fieber über 38 Grad (unter der Achsel gemessen) leiden. «Fieber kann bei einer schwangeren Frau Kontraktionen der Gebärmutter auslösen. Das sollte in jedem Fall vermieden werden», betonen die SAPP-Expertinnen.

Bei medikamentös behandelungspflichtigen Schmerzen und bei hohem Fieber gehöre Paracetamol in jeder Phase der Schwangerschaft zu den Medikamenten der Wahl, schreibt das Beratungszentrum für Embryonaltoxikologie der Charité-Universitätsmedizin Berlin auf seiner Website. «Wie jede andere Schmerzmedikation auch darf Paracetamol nicht unkritisch und ohne ärztlichen Rat tagelang oder gar mehrere Wochen eingenommen werden.»

— Sind andere Schmerzmittel in der Schwangerschaft besser geeignet?

Ab der 28. Schwangerschaftswoche (3. Trimenon) gebe es bei hohem Fieber oder Schmerzen kein besser geeignetes Medikament als Paracetamol, schreibt das Beratungszentrum für Embryonaltoxikologie.

In den ersten zwei Dritteln der Schwangerschaft (bis zur 28. Woche) gilt Ibuprofen neben Paracetamol als weiteres Schmerzmittel der Wahl. «Ibuprofen ist stark entzündungshemmend und kann im Einzelfall kurzzeitig vor der 28. Schwangerschaftswoche

Schwangere sollten stets die niedrigste wirksame Dosis einnehmen, bei der kürzestmöglichen Dauer und unter ärztlicher Aufsicht.

eingesetzt werden», schreiben die SAPP-Expertinnen, zum Beispiel bei rheumatoider Arthritis, bei einem Gichtanfall oder bei Migräne.

Danach sollten Schwangere jedoch kein Ibuprofen mehr einnehmen. Wenn es nicht anders gehe, müsse das Ungeborene regelmässig mit Ultraschall untersucht werden, schreibt das Beratungszentrum für Embryonaltoxikologie. Bei Ibuprofen ist erwiesen, dass es das Risiko für den Fötus im letzten Schwangerschaftsdrittel erhöht. Dadurch kann es zu Gefässfehlbildungen zwischen Aorta und Lungenschlagader (vorzeitiger

Verschluss von Ductus arteriosus Botalli) und zu Nierenfunktionsstörungen kommen.

— Was ist mit Schmerzmitteln mit Acetylsalicylsäure (Aspirin)?

Bei vielen nicht schwangeren Patientinnen und bei Patienten gilt Acetylsalicylsäure als Schmerzmittel, Entzündungshemmer und fiebersenkendes Mittel der Wahl. «Während der Schwangerschaft (bis Woche 28) sollen Frauen Acetylsalicylsäure in schmerzlindernden Dosen von einem Gramm jedoch nicht einnehmen», erläutern Andrea Burch und Ursula von Mandach.

Anders sei es bei etwas tieferen Dosen von 150 Milligramm pro Tag, die zur Prophylaxe der Präeklampsie (Schwangerschaftsvergiftung) eingesetzt werden.

— Und was ist mit Schmerzmitteln wie Diclofenac (Voltaren)?

Diclofenac ist entzündungshemmend und wird zum Beispiel bei schmerzhaften Schwellungen oder Entzündungen nach Verletzungen eingesetzt, bei einem Gichtanfall, bei Entzündungen am Auge, bei Migräne oder auch bei einer chronischen Polyarthrit.

Für Schwangere seien jedoch Paracetamol und Ibuprofen die besseren Alternativen, schreibt das Beratungszentrum für Embryonaltoxikologie. Diclofenac gehört wie auch Acetylsalicylsäure zu den nicht steroidalen Antiphlogistika/Anti-

rheumatika (NSAID), entsprechend sind die Empfehlungen für Schwangere eingeschränkt.

«Diclofenac setzen wir bei Schwangeren aufgrund der allgemeinen unerwünschten Wirkungen wie zum Beispiel Magenblutungen höchstens lokal als Gel oder kurzzeitig als Pflaster ein», sagen Burch und von Mandach. Falls eine orale Einnahme notwendig sei, könne Diclofenac im Einzelfall kurzzeitig vor der 28. Schwangerschaftswoche verwendet werden.

Generell dürfen Schwangere Diclofenac nur in den ersten zwei Dritteln der Schwangerschaft einnehmen. Eine langfristige Therapie mit Diclofenac oder anderen NSAID sollte nur nach ärztlicher Absprache und nach sorgsamer Abwägung erfolgen. Ab Schwangerschaftswoche 28 darf Diclofenac ebenso wie Ibuprofen nicht angewendet werden.

— Was können Frauen in der Schwangerschaft bei akuten oder chronischen Schmerzen oder Fieber tun?

Schwangere mit chronischen Schmerzen sollten immer zum Arzt oder zur Ärztin gehen. «Es ist keine Lösung, und erst recht nicht in der Schwangerschaft, Schmerzmittel länger als eine Woche ohne ursächliche Abklärung einzunehmen», schreiben die SAPP-Expertinnen.

Bei starken Schmerzen könnten nach Abklärung im Einzelfall und in Einzeldosen opioidhaltige Arzneimittel (Oxycodon,

Morphin, Tramadol) verschrieben werden.

Generell sollten Schwangere Schmerzmittel nicht in Eigenregie einnehmen und wenn möglich ganz darauf verzichten.

— Welche Behandlungen ohne Schmerzmittel gibt es?

Die SAPP empfiehlt, zum Beispiel bei Schmerzen des Bewegungsapparates, lokale Arzneimittel in Form von Gel oder auch einem Bad zu nutzen. Ratsam ist zudem, erst einmal auf nicht medikamentöse Behandlungen oder Physiotherapien sowie Massagen oder Akupunktur.

Auch bekannte Hausmittel können Schwangere ausprobieren, bevor sie Medikamente nutzen. Bei Verspannungen kann Wärme helfen. Bei Kopfschmerzen sind Spaziergänge im Freien empfohlen, ausreichend trinken oder – je nach Vorliebe kalte oder warme – Kompressen auf der Stirn, den Schläfen oder im Nacken. Auch Ruhepausen einzulegen, um übermässigen Stress zu vermeiden, kann helfen.

Generell zur Vorbeugung von manchen Schmerzen ist es sehr wichtig, ausreichend zu trinken, regelmässig und ausgewogen zu essen und genügend zu schlafen.

Zudem tut es auch Schwangeren gut, sich regelmässig zu bewegen. Das können Spaziergänge sein, Nordic Walking, Wassergymnastik, Schwimmen, Aquafit, Velofahren oder Schwangerschafts-yoga.