

Ergänzende Behandlung mit Curcumin, Quercetin und Vitamin D bei mildem/moderatem COVID-19

Datum: 05.09.2022

Original Titel:

Oral Co-Supplementation of Curcumin, Quercetin, and Vitamin D3 as an Adjuvant Therapy for Mild to Moderate Symptoms of COVID-19-Results From a Pilot Open-Label, Randomized Controlled Trial

Kurz & fundiert

- Curcumin, Quercetin und Vitamin D (Cholecalciferol): entzündungshemmend, immunmodulatorisch und antiviral
- Effektiv bei COVID-19?
- Pilotstudie bei mildem bis moderatem COVID-19
- 50 Patienten: 25 mit Nahrungsergänzung, 25 nur mit Standardbehandlung
- Nach 7 Tagen mehr negative PCR-Tests mit Nahrungsergänzung
- Niedrigere Entzündungswerte bei ergänzender Behandlung

DGP - Eine Pilotstudie untersuchte den Effekt einer ergänzenden Behandlung bei mildem bis moderatem COVID-19. Die Nahrungsergänzung beinhaltete Curcumin (aus Kurkuma), Quercetin (z. B. Blattgemüse und Brokkoli) und Vitamin D (Sonnenvitamin), die als entzündungshemmend und antiviral bekannt sind. Mit Hilfe der Ergänzungstherapie in der Frühphase der Erkrankung wurden Patienten schneller wieder negativ getestet. Akutsymptome klärten sich schneller als in der [Kontrollgruppe](#). Blutwerte deuteten zudem darauf, dass die Nahrungsergänzung entzündlichen Prozessen bei COVID-19 entgegenwirkte.

Curcumin, Quercetin und Vitamin D3 (Cholecalciferol) sind natürliche Substanzen, die anti-inflammatorisch, immunmodulatorisch, antiviral und antioxidativ wirken können.

Curcumin, ein Polyphenol, ist ein gelber Pflanzenfarbstoff aus der Kurkuma-Wurzel. Sichere Dosierungen von Curcumin sind nach bisherigen Studien mit stark erkrankten Patienten 4 bis 8 g/Tag über 3 Monate. Quercetin kommt als pflanzliches Flavonoid in vielen Früchten (rote Trauben, Zitrusfrüchte) und Gemüsesorten (Tomaten, Brokkoli, grünes Blattgemüse) vor. Die Substanz gilt als sicher bei Dosierungen von bis zu 1 g/Tag über 3 Monate. Vitamin D3, auch als "Sonnenvitamin" bekannt, wird in unserer Haut bei Sonneneinstrahlung selbst gebildet. Ein Mangel an Vitamin D gilt als möglicher [Risikofaktor](#) für schwerere Verläufe von COVID-19. Zudem wird bei vielen Menschen ein Vitamin D-Mangel festgestellt.

Die vorliegende Studie untersuchte, ob eine ergänzende Behandlung mit Curcumin, Quercetin und Cholecalciferol (Vitamin D), abgekürzt CQC genannt, einen therapeutischen Effekt in einer frühen Phase einer COVID-19-Erkrankung hat. Die offene Pilotstudie wurde randomisiert und mit Kontrolle (Standardbehandlung ohne Ergänzung) in einer Universitätsklinik in Pakistan durchgeführt.

Helfen Curcumin, Quercetin und Cholecalciferol bei mildem COVID-19?

Teilnehmer waren Patienten mit mildem bis moderatem COVID-19, deren Coronavirus-[Infektion](#) mittels PCR-Test bestätigt worden war. Die Patienten wurden [ambulant](#) behandelt und erhielten zufällig entweder die Standardversorgung oder zusätzlich zwei zu schluckende Kapseln mit zusammen 168 mg Curcumin, 260 mg Quercetin und 9 µg (360 IE) Cholecalciferol. Diese Behandlung wurde für 14 Tage beibehalten. Die Standardbehandlung umfasste Paracetamol, individuell entweder mit oder ohne Antibiotikum.

Zur Ermittlung der Wirksamkeit der ergänzenden Behandlung untersuchten die Wissenschaftler zu Beginn und an Tag 7, wie viele Patienten positiv auf die Coronavirus-[Infektion](#) getestet wurden (PCR-Test), ob Akutsymptome vorlagen und ob sich Entzündungswerte und Hinweise auf Zellschäden im Blut normalisiert hatten. Dabei wurden CRP ([C-reaktives Protein](#)), D-Dimer, Laktatdehydrogenase, Ferritin und die Zahl verschiedener [Blutkörperchen](#) bestimmt.

50 Patienten mit Standardtherapie oder ergänzenden Behandlung

Insgesamt nahmen 50 Patienten an der Studie teil. Je 25 Personen erhielten die Standardbehandlung oder die ergänzende Therapie mit CQC. Bei Patienten mit ergänzender CQC-Therapie kam es im Schnitt schneller zu einem negativen PCR-Test als in der [Kontrollgruppe](#). Bis Tag 7 war bei 15 Personen (60,0 %) mit CQC im Vergleich zu 5 Personen (20,0 %) mit Standardbehandlung das Testergebnis negativ, also keine akute Coronavirus-Infektion mehr nachweisbar (statistisch signifikant mit $p = 0,009$). Akutsymptome von COVID-19 lösten sich schneller in der CQC-Gruppe als in der Kontrollgruppe auf, nämlich bis Tag 7 bei 15 Patienten (60,0 %) mit CQC vs. 10 Patienten (40,0 %) der Kontrollgruppe. Dieser nominelle Unterschied war jedoch nicht statistisch signifikant ($p = 0,154$). [Entzündungsmarker](#) im Blut (CRP-Level) sanken mit CQC deutlicher als in der Kontrollgruppe ($p = 0,006$):

- CRP-Level mit CQC; zu Beginn: 34,0 mg/dl; nach 7 Tagen: 11,0 mg/dl
- CRP-Level Kontrollgruppe; zu Beginn: 36,0 mg/dl; nach 7 Tagen: 22,0 mg/dl

Die ergänzende Behandlung mit CQC war in dieser Studie sicher und wurde von allen 25 Patienten gut vertragen. Es traten keine unerwünschten Effekte der Behandlung, Komplikationen oder ernste [unerwünschte Ereignisse](#) auf.

Schneller negativ mit Curcumin, Quercetin und Vitamin D

Die Wissenschaftler schließen, dass ihre Pilotstudie einen Behandlungsvorteil der Nahrungsergänzung mit Curcumin, Quercetin und Vitamin D bei COVID-19 zeigt. Die Daten zeigen, dass mit Hilfe der ergänzenden Behandlung in der Frühphase einer symptomatischen Coronavirus-Infektion (COVID-19) das [Virus](#) und Akutsymptome schneller geklärt werden können. Die Blutwerte zeigten zudem, dass die Nahrungsergänzung entzündlichen Prozessen bei COVID-19 entgegenwirkte. Weitere Studien sollen diese vielversprechenden Ergebnisse nun überprüfen.

[DOI: 10.3389/fphar.2022.898062]

Referenzen:

Khan A, Iqtadar S, Mumtaz SU, Heinrich M, Pascual-Figal DA, Livingstone S, Abaidullah S. Oral Co-Supplementation of Curcumin, Quercetin, and Vitamin D3 as an Adjuvant Therapy for Mild to Moderate Symptoms of COVID-19-Results From a Pilot Open-Label, Randomized Controlled Trial. *Front Pharmacol.* 2022 Jun 7;13:898062. doi: 10.3389/fphar.2022.898062. PMID: 35747751; PMCID: PMC9211374.

DCG DeutschesGesundheitsPortal

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“