

## Fischöl bei Psoriasis?

**Datum:** 26.07.2022

**Original Titel:**

Effects of fish oil supplement on psoriasis: a meta-analysis of randomized controlled trials

**DGP - Die Studie gibt keinen Hinweis darauf, dass [Nahrungsergänzungsmittel](#) mit Omega-3-Fettsäuren einen positiven Effekt haben könnten. Weitere Studien müssen die Fragestellung jedoch weiterhin untersuchen.**

---

Fischöl enthält viele Omega-3-Fettsäuren, die als gesundheitsfördernd und entzündungshemmend gelten. Auch bei Psoriasis wurde Omega-3 immer wieder empfohlen. Eine [Meta-Analyse](#) aus Taiwan untersuchte, ob [Nahrungsergänzungsmittel](#) mit Omega-3-Fettsäuren auch positiv auf die Psoriasis wirken.

Die Wissenschaftler durchsuchten im Januar 2018 mehrere Datenbanken und schlossen 13 randomisiert, kontrollierte Studien ein. Daten von 3 Studien mit 337 Teilnehmern wurden für die [Meta-Analyse](#) genutzt. Die Auswertung zeigte, dass Fischöl als Nahrungsergänzungsmittel die Schwere der Psoriasis (gemessen anhand des [PASI](#), *Psoriasis Area and Severity Index*) nicht minderte.

Die Studie gibt keinen Hinweis darauf, dass Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3-Fettsäuren einen positiven Effekt haben könnten. Weitere Studien müssen die Fragestellung jedoch weiterhin untersuchen.

**Referenzen:**

Yang S-J, Chi C-C. Effects of fish oil supplement on psoriasis: a meta-analysis of randomized controlled trials. *BMC Complement Altern Med.* 2019;19(1):354. doi:10.1186/s12906-019-2777-0

# 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“