DeutschesGesundheitsPortal

Melatonin zeigt gute Erfolge bei Patienten mit Typ-2-Diabetes und Herzerkrankung

Datum: 27.09.2022

Original Titel:
Melatonin administration lowers biomarkers of oxidative stress and cardio-metabolic risk in type 2 diabetic patients with coronary heart disease: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial

DGP **– Melatonin besserte die Blutzuckereinstellung, den Blutdruck und die Blutfette von Patienten mit Typ-2-Diabetes und Herzerkrankung. Zudem mindert es relevante Parameter für oxidativen Stress. Dies zeigen Ergebnisse einer Studie von iranischen und amerikanischen Wissenschaftlern.**

Das Hormon Melatonin regelt den Tag-Nacht-Rhythmus des Menschen. Melatonin ist außerdem ein äußerst effektives Antioxidans. Antioxidantien machen reaktive Sauerstoffverbindungen unschädlich, die ungebremst zu oxidativem Stress führen würden. Oxidativer Stress wiederum soll mitursächlich für Alterungsprozesse und die Entstehung von Krankheiten sein.

Hilft Melatonin Patienten, die an Typ-2-Diabetes und einer Herzkrankheit leiden?

Wissenschaftler aus den Iran und den USA stellten für ihre Studie nun die Hypothese auf, dass Melatonin hilfreich für Patienten mit Typ-2-Diabetes und Herzerkrankungen ist, indem es den oxidativen Stress mindert und wichtige Messwerte für die Stoffwechsel- und Herz-Gesundheit verbessert.

Um diese Hypothese zu überprüfen, führten die Wissenschaftler eine Studie durch. Es wurden 60 Patienten mit Typ-2-Diabetes und Herzerkrankungen in die Studie eingeschlossen. Diese wurden auf zwei Gruppen aufgeteilt, von denen eine Gruppe täglich Melatonin erhielt (2 Kapseln am Tag mit jeweils 5 mg Melatonin) und die andere ein Scheinmedikament. Die Studie dauerte 12 Wochen lang an.

Melatonin besserte zahlreiche wichtige Messwerte der Stoffwechsel- und Herz-Gesundheit

Im Vergleich zu dem Scheinmedikament besserte Melatonin zahlreiche Parameter für oxidativen Stress (wie z. B. Glutathion und Stickoxide). Außerdem trug Melatonin mehr als das Scheinmedikament zu Verbesserungen der Blutzuckerkonzentration im Nüchternzustand und der Insulinkonzentration bei. Zusätzlich besserte die Melatonin-Einnahme den Blutdruck und die Blutfette.

Die Wissenschaftler kamen zu dem Schluss, dass eine Melatonin-Einnahme für Patienten mit Typ-2-Diabetes und Herzerkrankungen nützlich sein könnte. Denn die Einnahme von Melatonin über 12 Wochen hinweg besserte Parameter für den oxidativen Stress, die Blutzuckerkontrolle sowie Blutdruck und Blutfette.

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

Referenzen:

Raygan F, Ostadmohammadi V, Bahmani F, Reiter RJ, Asemi Z. Melatonin administration lowers biomarkers of oxidative stress and cardio-metabolic risk in type 2 diabetic patients with coronary heart disease: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. Clin Nutr. 2019 Feb;38(1):191-196. doi: 10.1016/j.clnu.2017.12.004. Epub 2017 Dec 12.

DeutschesGesundheitsPortal

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

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“

Alle Rechte © DeutschesGesundheitsPortal.de/HealthCom