

Nahrungsergänzungsmittel gegen Colitis ulcerosa - Ein Kombinationspräparat aus Curcumin, grünem Tee und Selen erzielt erste positive Ergebnisse

Datum: 29.03.2018

Original Titel:

Of mice and men: a novel dietary supplement for the treatment of ulcerative colitis

Bestimmten Substanzen, die entzündungshemmende und antioxidative Eigenschaften besitzen, wird eine positive Wirkung auf Patienten mit einer chronischen Darmentzündung nachgesagt. Zu diesen Substanzen gehören Curcumin, Polyphenole aus dem grünen Tee und [Selen](#). [Selen](#) ist ein Spurenelement, das natürlicherweise im Boden vorkommt. Ihm werden viele positive Effekte nachgesagt. Das gilt auch für die Polyphenole aus dem grünen Tee. Auch sie sollen sich positiv auf die Gesundheit auswirken und werden weltweit gegen viele Erkrankungen eingesetzt. Curcumin ist ein Farbstoff der Kurkuma-Pflanze, die gemahlen als Gewürz verwendet wird. Dieses Gewürz ist ein wesentlicher Bestandteil von Currypulver. Curcumin werden viele positive Eigenschaften nachgesagt, die die Behandlung von vielen verschiedenen Erkrankungen bereichern sollen. Auch bei Patienten mit [Colitis ulcerosa](#) konnten in einer kleineren Studie erste positive Effekte beobachtet werden (Studie von Simadibrata und Kollegen, 2017 in der medizinischen Fachzeitschrift *Acta medica Indonesiana* veröffentlicht).

Da sich jede einzelne der Substanzen positiv auf Patienten mit chronischen Darmerkrankungen auswirken soll, vermutete ein Forscherteam aus Tel Aviv (Israel), dass eine Kombination aller 3 Substanzen einen besonders guten Effekt erzielt. Um dies zu testen, führten die Wissenschaftler sowohl eine Studie mit speziellen Mäusen und Ratten als auch eine Studie mit [Colitis ulcerosa](#)-Patienten durch. Die Wirkung aller drei Substanzen und die Wirkung eines Kombinationspräparats (500 mg Curcumin, 250 mg grüner Tee, 100 µg Selen) wurde bei Mäusen und bei Ratten mit einer Darmerkrankung, die der Colitis ulcerosa im Menschen ähnelt, untersucht und mit der Wirkung eines Placebos verglichen. Von allen drei Substanzen hatte Selen den größten positiven Effekt, während der grüne Tee die geringste Wirkung erzielte. Die Kombination aller drei Wirkstoffe verstärkte die positiven Effekte aller drei einzelnen Substanzen. Die Erkrankung war bei den Tieren, die das [Kombinationspräparat](#) bekamen, milder als bei den Tieren, denen stattdessen ein [Placebo](#) gegeben wurde. Und auch bei den Menschen erzielte das [Kombinationspräparat](#) Erfolge. 20 Patienten mit milder bis mittelschwerer Colitis ulcerosa bekamen 8 Wochen lang zweimal täglich 2 Tabletten des Kombinationspräparates. Bei 14 Patienten (70 %) verbesserte sich das Krankheitsbild, was sich durch eine Linderung der Schmerzen, einer Reduktion von Blut im Stuhl und der Reduktion der Anzahl an wöchentlichen Stuhlgängen bemerkbar machte. Bei 9 von ihnen (45 %) gingen die Krankheitssymptome sogar so stark zurück, dass sich die Patienten in einer Ruhephase der Erkrankung befanden. Die anderen 5 Patienten (25 %) befanden sich am Ende der Studie zwar nicht in einer Ruhephase, ihre Krankheitssymptome konnten jedoch reduziert werden. Diese Verbesserungen konnten sowohl nach 4 als auch nach 8 Wochen festgestellt werden. Von 16 Patienten lagen Daten zum Zustand der Darmschleimhaut vor. Auch diese wies bei den meisten Patienten (11 Patienten, 69 %) nach 8 Wochen eine Verbesserung auf. Bei 4 Patienten (25 %) konnte sie sogar komplett geheilt werden. Insgesamt erzielte das Kombinationspräparat somit gute

Ergebnisse, doch nicht alle Patienten konnten davon profitieren. Bei 2 Patienten änderten sich die Krankheitssymptome trotz der Einnahme nicht. Einer von ihnen brach als Konsequenz die Einnahme nach 4 Wochen ab. 4 Patienten erlebten während der Einnahme einen Krankheitsschub, was dazu führte, dass 3 Patienten die Einnahme noch vor den ersten 4 Wochen beendeten. Es kam durch die Einnahme des Kombinationspräparates zu keinen schwerwiegenden Nebenwirkungen. 5 Patienten waren jedoch von einer milden Übelkeit und Kopfschmerzen, kurzzeitigen Blähungen und einer kurzzeitigen Erhöhung der Stuhlfrequenz betroffen. Es wurde jedoch angenommen, dass diese leichten Komplikationen nicht auf die Einnahme des Kombinationspräparates zurückzuführen sind. Außerdem führten sie nicht dazu, dass die Patienten die Einnahme abbrachen.

Das Kombinationspräparat aus Curcumin, grünem Tee und Selen konnte die Krankheitssymptome von Patienten mit Colitis ulcerosa verbessern. Auch in vorangegangenen Maus-Studien erzielte das Präparat im Vergleich mit einem [Placebo](#) gute Ergebnisse. Das Kombinationspräparat könnte somit als erster Therapieansatz oder als zusätzliche Therapiemethode Anwendung finden. Es ist jedoch zu beachten, dass es sich hier um eine sehr kleine Studie mit nur 20 Teilnehmern handelt. Außerdem fehlt der Vergleich mit einer [Kontrollgruppe](#), also mit Patienten, die das Kombinationspräparat nicht genommen haben. Und auch Langzeitergebnisse stehen noch aus. Weitere Studien sind also nötig, um die positive Wirkung des Kombinationspräparates zu bestätigen.

Referenzen:

Shapira S, Leshno A, Katz D, Maharshak N, Hevroni G, Jean-David M, Kraus S, Galazan L, Aroch I, Kazanov D, Hallack A, Becker S, Umanski M, Moshkowitz M, Dotan I, Arber N. Of mice and men: a novel dietary supplement for the treatment of ulcerative colitis. *Therap Adv Gastroenterol.* 2017 Nov 28;11:1756283X17741864. doi: 10.1177/1756283X17741864.

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“