

Review zu komplementären Prophylaxen: Der Blick auf den Stoffwechsel zeigt mehr als nur Magnesium

Datum: 19.08.2022

Original Titel:

Metabolic treatments of migraine.

DGP - Metabolische Behandlungen, die also den Stoffwechsel bei Migräne beeinflussen, könnten eine effektive, verträgliche und vergleichsweise günstige Möglichkeit der [Prophylaxe](#) darstellen, argumentieren zwei europäische Kopfschmerzexperten in ihrem Review. Vielversprechende wissenschaftliche [Evidenz](#) stützt Ergänzungsmittel wie Riboflavin oder Coenzym Q10, die somit als Behandlungsstrategien bei Migräne mit berücksichtigt werden könnten. Kontrollierte, randomisierte Studien sollten auch zu diesen Methoden gefördert und durchgeführt werden, um günstige Strategien gegen eine der möglichen Wurzeln der Migräne besser zu verstehen und einsetzen zu können.

Die meisten prophylaktischen Migränebehandlungen verändern das Gleichgewicht der Aktivierung und Hemmung im Gehirn und/oder den Serotoninstoffwechsel. Damit können vermutlich auch die unerwünschten Effekte der Behandlungen erklärt werden. Neuere, biologisch gewonnene Medikamente blockieren stattdessen das Eiweiß CGRP oder seinen Effekt und sind nach bisherigem Wissen ähnlich effektiv und besser verträglich. Allerdings sind diese Mittel teuer und beeinflussen vermutlich nicht sämtliche Funktionsstörungen des Gehirns in der pathophysiologischen Kaskade der Migräne, beispielsweise Vorboten und Aurasymptome. Entsprechend sind weitere, komplementäre Behandlungsstrategien, die die Stoffwechselkomponente der Migräne berücksichtigen, aus der Sicht biochemischer und klinischer Studien ebenfalls relevant.

Review zu komplementären Prophylaxen: Mehr als nur Magnesium

Zwei Kopfschmerzexperten aus Belgien und Spanien fassten die metabolischen Abnormalitäten, die bei Migränepatienten gesehen werden können, zusammen und beschreiben den aktuellen Wissensstand zu entsprechenden Behandlungsmöglichkeiten in einem Review. Demnach gibt es [Evidenz](#) für eine Wirksamkeit von Riboflavin und Co-Enzym Q10 bei der [Prävention](#) von Migräne (Studienberichte im DGP: [Effekte auf Laktatwerte durch Coenzym Q10](#), [Hinweise auf Coenzym-Q10-Effekte bei Migräne](#), [Riboflavin bei Migräne](#)). In den Dosierungen, die dafür in Studien eingesetzt wurden, traten bislang so gut wie keine adversen Effekte auf. Die [Ansprechrate](#) schien vergleichbar mit der typischer prophylaktischer Medikamente.

Gute Hinweise auf Nutzen durch Coenzym Q10 und Riboflavin

Schwächere Evidenz lag, nach Einschätzung der Autoren, für Thioctsäure vor - diese Substanz ist auch als alpha-Liponsäure (ALA) oder einfach Liponsäure bekannt. Liponsäure ist ein Ko-Faktor für [Enzyme](#) des sogenannten Krebs-Zyklus (auch Zitronensäurezyklus genannt). Dabei wird in den Mitochondrien Energie aus beispielsweise Zucker oder Fetten gewonnen. Liponsäure hat durch

ihren Beitrag zur Energiegewinnung antioxidative Effekte. Die Substanz wurde beispielsweise als ergänzende Therapie bei einer [Insulinresistenz](#) bei Migräne untersucht (Studienbericht im DGP: [Liponsäure bei Migräne](#)).

Ebenfalls stellen Ernährungs- und pharmakologische Strategien zum Erreichen eines Ketose-Zustands vielversprechende Ansätze dar – auch dieser Ansatz geht auf die Energiegewinnung in den Mitochondrien zurück. Vorläufige Studien mit diesem biochemisch gestützten Konzept scheinen dies zu unterstützen (Studienbericht im DGP: [Rolle der Ernährung bei Migräne](#)).

Vielversprechendes biochemisches Verständnis des Migränestoffwechsels, bestätigende Daten möglicher Prophylaxen

Die Autoren schließen, dass metabolische Behandlungen, die also den Stoffwechsel bei Migräne beeinflussen, eine effektive, verträgliche und vergleichsweise günstige Möglichkeit der [Prophylaxe](#) darstellen. Die Effekte einzelner Methoden basieren auf wissenschaftlicher Evidenz und könnten somit als Behandlungsstrategien bei Migräne mit berücksichtigt werden. Kontrollierte, randomisierte Studien sollten auch zu diesen Methoden gefördert und durchgeführt werden, um günstige Strategien gegen eine der möglichen Wurzeln der Migräne besser zu verstehen und einsetzen zu können.

Referenzen:

Lisicki, Marco, and Jean Schoenen. "Metabolic Treatments of Migraine." *Expert Review of Neurotherapeutics* 20, no. 3 (March 3, 2020): 295-302. <https://doi.org/10.1080/14737175.2020.1729130>.

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“