

Hypericum perforatum gegen PMS

Resultate einer klinischen Studie

Hypericum perforatum, Johanniskraut, ist eine gegen leichte bis mittlere Major Depression wirksame Arzneipflanze. Zahlreiche klinische Studien belegen diese Wirksamkeit. Die hier vorgestellte Studie¹ dokumentiert die Wirksamkeit bei einer weiteren Indikation: dem prämenstruellen Syndrom (PMS).

Christoph Bachmann

Einleitung

Das PMS ist eine häufig auftretende Beschwerde, gegen das oft SSRI verschrieben werden. Man nimmt deshalb an, dass Serotonin bei der Entstehung des PMS eine Rolle spielt. Frauen die am PMS leiden, und vor allem diejenigen, bei denen die Symptome nur mild bis moderat auftreten, nehmen aber nur widerwillig SSRI ein und ziehen es vor, ihre Beschwerden mit OTC-Präparaten zu behandeln. Es gibt aber keine Evidenz für die Wirksamkeit solcher Präparate.

¹ Originalpublikation: Canning S., Waterman M., Orsi N., Ayres J., Simpson N., Dye L.: The efficacy of Hypericum perforatum (St John's wort) for the treatment of premenstrual syndrome: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial, CNS Drugs. 2010 Mar; 24(3): 207–25.

Da Johanniskraut auf das serotonerge System wirkt, besteht die Möglichkeit, dass es auch gegen PMS wirkt.

Studie

Die vorliegende Studie wurde als randomisierte, doppelblinde, plazebokontrollierte Cross-over-Studie angelegt, um diese mögliche Wirkung zu untersuchen. 36 Frauen im Alter von 18 bis 45 Jahren mit regelmäßigen Monatszyklen (25–35 Tage) und einem diagnostizierten PMS nahmen daran teil.

Die Probandinnen, die nach drei Screening-Zyklen den Einschlusskriterien entsprachen, durchliefen eine zwei Zyklen dauernde Plazebovorbereitungsphase. Dann wurden sie randomisiert und erhielten während zwei Zyklen entweder täglich 900 mg Hypericum perforatum (standardisiert auf 0,18% Hypericum und 3,38 Hyperforin) (= Verumgruppe) oder ein vom Verum nicht unterscheidbares Plazebo (= Plazebogruppe). Anschliessend wurde ein Wash-out-Zyklus eingeschaltet. Dann erhielt die Verumgruppe während zweier Zyklen das Plazebo, und der Plazebogruppe wurde ebenso lange das Verum verabreicht (vgl. *Abbildung*).

Zielvariablen

Zur Beurteilung der Wirksamkeit von Johanniskraut wurden folgende Zielvariablen verwendet:

Primäre Zielvariable

- ◆ Daily Symptom Report

Sekundäre Zielvariablen

- ◆ State Anxiety Inventory
- ◆ Beck Depression Inventory
- ◆ Aggression Questionnaire
- ◆ Barrett Impulsivness Scale

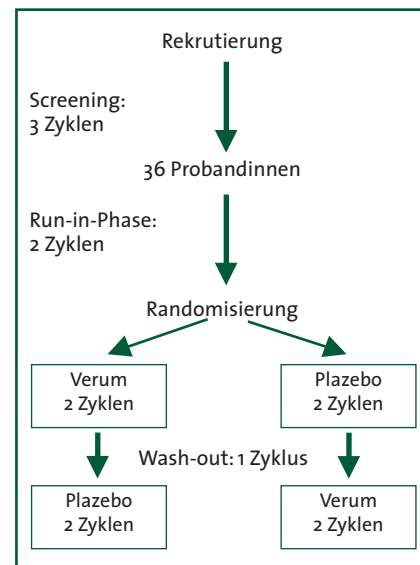


Abbildung: Schema des Studienablaufs

Klinische Parameter

Während der Follikel- und während der Lutealphase wurden sowohl bei der Verum- wie auch bei der Plazebobehandlung folgende klinische Plasmaparameter gemessen:

FSH, LH, Estradiol, Progesteron, Prolaktin, Testosteron, IL-1-beta, IL-6, IL-8, IFN-Gamma und TNF-α.

Resultate

Hypericum perforatum erwies sich bei der Verbesserung der physischen Symptome (Essgelüste, Schwellungen) und der Verhaltenssymptome (Poor Coordination, Schlaflosigkeit, Verwirrtheit, Kopfschmerzen, Weinerlichkeit, Müdigkeit) gegenüber Plazebo als statistisch signifikant überlegen ($p < 0,05$). In Bezug auf Schmerzsymptome und Stimmung (Ängstlichkeit, Gereiztheit, Depression, nervöse Anspannung, Stimmungsschwankungen, Gefühl, sich nicht unter Kontrolle zu haben, Aggressivität) konnte für Hypericum aber kein signifikanter Unterschied festgestellt werden.

ter Unterschied festgestellt werden ($p > 0,05$). Die Werte der gemessenen Plasmahormone und -zytokine zeigten bei den beiden Studiengruppen keine signifikanten Unterschiede. Die wöchentlichen Aufzeichnungen über Ängstlichkeit, Depression, Aggression und Impulsivität zeigten auch keine signifikanten Unterschiede zwischen Hypericum und Placebo ($p > 0,05$).

Schlussfolgerung

Die tägliche Behandlung mit Johanniskraut war in Bezug auf die üblichen PMS-Symptome, das heisst, auf physische Beschwerden und das Verhalten gegenüber Placebo signifikant wirksamer. Diese Wirksamkeit kann nicht auf eine Beeinflussung der Plasmaspiegel der proinflammatorischen Zytokine zurückgeführt werden, da

dort kein Unterschied festgestellt werden konnte.

Weitere Studien müssen durchgeführt werden, um abzuklären, ob eine längere Behandlung mit Johanniskraut auch PMS-bedingte Schmerzen und Stimmungsprobleme verbessern kann. ♦