

Akupunktur gegen chemotherapiebedingte Schlaflosigkeit bei Brustkrebspatienten

Datum: 23.10.2023

Original Titel:

Acupuncture for chemotherapy-associated insomnia in breast cancer patients: an assessor-participant blinded, randomized, sham-controlled trial

Kurz & fundiert

- Randomisierte Studie: Akupunktur bei chemotherapiebedingter Schlaflosigkeit
- Positive Wirkung auf Einschlafzeit, Schlafdauer, Schlafeffizienz, Ängste, Depressionen und Lebensqualität
- Schlafmittel in der Akupunktur-Gruppe häufiger abgesetzt als in der Placebo-Gruppe
- Kein signifikanter Unterschied zwischen Akupunktur und Placebo-Behandlung bezüglich Reduktion des Insomnie-Schwere-Indexes (Insomnia Severity Index; ISI)

MedWiss - In einer Studie in China wurde der Einsatz von Akupunktur gegen chemotherapiebedingte Schlaflosigkeit untersucht. Hierfür wurden die Teilnehmer randomisiert aufgeteilt und nahmen entweder an einer 18-wöchigen Akupunkturtherapie teil oder erhielten eine Placebo-Behandlung („Scheinakupunktur“). Die Studie zeigte keinen signifikanten Unterschied bezüglich der Reduktion des Insomnie-Schwere-Indexes (Insomnia Severity Index; ISI). Jedoch war die Akupunktur mit einer deutlicheren Verbesserung von Einschlafzeit, Schlafdauer, Schlafeffizienz, Ängsten, Depressionen und Lebensqualität assoziiert. Zudem wurden Schlafmittel in der Akupunktur-Gruppe wesentlich häufiger abgesetzt.

Das Risiko einer Insomnie, einer krankhaften Schlafstörung, ist bei Brustkrebs stärker erhöht als bei anderen Krebserkrankungen. Anhaltender Schlafmangel kann sehr belastend sein und die Lebensqualität der Betroffenen stark beeinflussen. Ursachen können neben körperlichen Beschwerden auch erhöhter Stress und Ängste sein. Auch die Behandlung, insbesondere eine Chemotherapie, kann mit Schlafstörungen assoziiert sein. Bei etwa einem Viertel der Brustkrebspatienten tritt während der Chemotherapie eine Insomnie auf.

Schlafstörungen bei Chemotherapie: Hilft Akupunktur?

In einer randomisierten Studie in China wurde der Einsatz von Akupunktur gegen chemotherapiebedingte Schlaflosigkeit bei Brustkrebspatientinnen untersucht. Für die Studie wurden 138 Teilnehmerinnen mit einer Insomnie randomisiert 1:1 aufgeteilt und nahmen entweder an 15 Akupunkturbehandlungen teil oder erhielten eine Placebo-Behandlung (Scheinakupunktur).

Bei der Scheinakupunktur werden im Vergleich zu echter Akupunktur nur Nicht-Akupunkturpunkte behandelt. Auch können sogenannte „Placebo-Nadeln“ eingesetzt werden, deren Enden sich teleskopartig in den oberen Teil der Nadel zurückziehen.

Randomisiert kontrollierte Studie mit 138 Brustkrebspatientinnen

Als primärer Endpunkt wurde der Einfluss der Behandlung auf den Insomnie-Schwere-Index (Insomnia Severity Index, ISI) untersucht, ein Maß für den Schweregrad der Schlafstörungen. Die Akupunkturbehandlung war im Vergleich zur Scheinakupunktur in Bezug auf die Verringerung des ISI-Wertes vom Ausgangswert bis zu 6 Wochen nach der Behandlung nicht überlegen

- Akupunktur versus Scheinakupunktur
 - mittlere Differenz: -0,4; 95 % Konfidenzintervall, KI: -1,8 - 1,1; p = 0,609

Kein signifikanter Einfluss auf Insomnie-Schwere-Index

Dennoch war die Akupunktur in anderen Bereichen mit positiveren Effekten als die Scheinakupunktur verbunden. So führte die Therapie zu besseren Ergebnissen bei Schlaflatenzzeit (Dauer bis zum Einschlafen), Schlafdauer, Schlaffeffektivität (schlaflos im Bett verbrachte Zeit), Ängsten, Depressionen und Lebensqualität. Auch wurden in der Akupunkturgruppe im Vergleich zur Placebogruppe signifikant häufiger Schlafmittel abgesetzt (56,5 % versus 14,3 %; p = 0,011).

Sekundäre Endpunkte zeigen positive Wirkung der Akupunktur

Die Autoren schlussfolgerten, dass Akupunktur als wirksame Option für die Behandlung von chemotherapiebedingter Schlaflosigkeit bei Brustkrebspatientinnen betrachtet werden könne. Insbesondere könne sie als Therapieansatz dienen, um den Einsatz von Schlafmitteln zu reduzieren oder teilweise sogar zu ersetzen.

Referenzen:

Zhang J, Qin Z, So TH, Chang TY, Yang S, Chen H, Yeung WF, Chung KF, Chan PY, Huang Y, Xu S, Chiang CY, Lao L, Zhang ZJ. Acupuncture for chemotherapy-associated insomnia in breast cancer patients: an assessor-participant blinded, randomized, sham-controlled trial. *Breast Cancer Res.* 2023 Apr 26;25(1):49. doi: 10.1186/s13058-023-01645-0 . PMID: 37101228 ; PMCID: PMC10134666.