

Cannabis-Wirkstoff THC kann traumabedingte Albträume ausschalten

Albträume gehören zu den quälendsten Symptomen einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) - einer Erkrankung, die nach schweren traumatischen Erlebnissen, etwa nach Unglücken, Unfällen, Gewalttaten oder Kriegserfahrungen auftreten kann. Bisherige medikamentöse Therapieansätze kommen gegen das Traumgeschehen oft nicht ausreichend an. Forschende der Charité - Universitätsmedizin Berlin haben daher untersucht, ob ein verschreibungspflichtiges Medikament mit dem Cannabinoid THC, einem Wirkstoff der Hanfpflanze, helfen kann. Mit Erfolg: Über die Hälfte der Behandelten sprach an, mehr als ein Drittel hatte während der Studie gar keine Albträume mehr, berichten sie in Nature Medicine*.

Drastische oder auch lebensbedrohliche Ereignisse können wie ein Echo nachwirken. Man spricht dann von einer PTBS. Das Gehirn ist nicht in der Lage, die überwältigenden Erlebnisse zu verarbeiten. Es speichert die Erinnerungen so ab, dass sie sich nicht willentlich kontrollieren lassen. Immer wieder treten sie zutage. Auch nachts erleben Menschen mit PTBS das Trauma jedes Mal erneut, bis sie - meist in Panik - aufwachen. Extremer Schlafmangel und Angst vor dem Zubettgehen sind die Folge. Zur Linderung werden unter anderem Antidepressiva oder blutdrucksenkende Medikamente eingesetzt, doch diese wirken nur bedingt und meist nicht gegen die Albträume. Ein Präparat speziell zur Behandlung traumabedingter Albträume ist in Deutschland bisher nicht zugelassen.

Prof. Stefan Röpke erforscht an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Campus Benjamin Franklin der Charité Traumafolgestörungen. Auf der Suche nach neuen Behandlungsmöglichkeiten setzte er mit seinem Team und weiteren Partnern auf einen zentralen Inhaltsstoff der Hanfpflanze: Tetrahydrocannabinol, kurz THC. Dieser auch für seine Rauschwirkung bekannte Wirkstoff greift unter anderem in das körpereigene Endocannabinoid-System ein, das an der Regulation von Schlaf, Stress und der Verarbeitung von emotionalen Erinnerungen beteiligt ist, erklärt Stefan Röpke: „Es gibt Hinweise darauf, dass THC im REM-Schlaf, den intensiven Traumphasen, in denen das Gehirn Erlebnisse verarbeitet und Emotionen reguliert, die Traumaktivität abschwächt und damit nächtliche Stressreaktionen mildert.“

Ein Cannabinoid gezielt gegen Albträume

In der Schmerzmedizin kommen cannabis-haltige Medikamente bereits zum Einsatz, meist dann, wenn die Standardbehandlungen nicht ausreichen oder Patient:innen diese nicht vertragen. Möglich ist dies seit Inkrafttreten des sogenannten „Cannabis als Medizin“-Gesetzes im Jahr 2017. Seither können pflanzliche oder synthetisch hergestellte Cannabinoide für medizinische und medizinisch-wissenschaftliche Zwecke leichter genutzt werden. Für ihre aktuelle Untersuchung wählten die Forschenden ein direkt aus der Hanfpflanze gewonnenes THC in Form von Tropfen - das verschreibungspflichtige Medikament Dronabinol. Ziel war es herauszufinden, ob sich das Albtraumgeschehen bei PTBS auf diese Weise lindern lässt und ob eine Anwendung auch in diesem Rahmen sicher ist.

Mehr als 170 Patient:innen mit Posttraumatischer Belastungsstörung und häufigen, intensiven

Alpträumen nahmen an der Studie teil. Zehn Wochen lang erhielten sie jeden Abend vor dem Schlafengehen entweder das Präparat oder aber ein identisch aussehendes, ebenfalls nach Cannabis schmeckendes Scheinmedikament, ein Placebo. Weder die Behandelnden noch die Teilnehmenden wussten, wer welches Präparat erhielt – der Goldstandard der medizinischen Forschung also, eine sogenannte doppelblinde, placebokontrollierte Studie.

Die Ergebnisse sind eindeutig: Zum Ende des Studienzeitraums waren die Alpträume in der Dronabinol-Gruppe deutlich stärker zurückgegangen als unter einer Placebo-Einnahme. Auf einer Skala von null bis acht Punkten sank die Alptraumlast durchschnittlich um 3,7 Punkte, in der Placebogruppe nur um 2,2 Punkte – ein Unterschied, der für die Betroffenen deutlich spürbar ist. „Mehr als ein Drittel der mit Dronabinol Behandelten berichteten, dass sie nach zehn Wochen gar keine Alpträume mehr erlebt haben. Weitere 21 Prozent sprachen von einer mindestens halbierten Alptraumlast“, so Stefan Röpke. „Insgesamt nahmen rund fünf von sechs Patientinnen und Patienten in der Dronabinol-Gruppe ihren Gesundheitszustand subjektiv als deutlich verbessert wahr.“

Abhängigkeit und schwere Nebenwirkungen blieben aus

Den Untersuchungen zufolge wirkte sich das Cannabinoid spezifisch auf die Alpträume und den Schlaf aus, nicht aber auf alle PTBS-Symptome. Die Schwere der Traumafolgestörung und mögliche einhergehende Depressionen veränderten sich nicht eindeutig. Dennoch spürte die Mehrzahl der Teilnehmenden eine deutliche Entlastung, denn die quälenden nächtlichen Wiederholungen des Erlebten wurden durchbrochen und ein erholsamer Schlaf wieder möglich.

Schwere Nebenwirkungen verursachte die Einnahme des Medikaments nicht. Mittelgradige und leichtere Begleiterscheinungen wie Schwindel, Kopfschmerzen und Appetitsteigerung beobachteten die Forschenden dagegen häufiger. Entzugserscheinungen nach dem Ende des Untersuchungszeitraums und dem Absetzen der abendlichen Dosen konnte das Studienteam nicht feststellen. In weiteren Schritten wollen die Forschenden nun herausfinden, ob eine Einnahme des Cannabinoids auch langfristig wirksam und sicher ist oder ob sich auf Dauer ein Gewöhnungseffekt einstellt.

*Roepke S et al. Dronabinol for nightmares in post-traumatic stress disorder: a randomized controlled trial. Nat Med 2026 Aug 05. doi: 10.1038/s41591-026-04546-9

Über die Studie

Die Untersuchungen wurden an der Charité initiiert und federführend durchgeführt. Darüber hinaus beteiligt waren Forschende der Psychiatrischen Universitätsklinik der Charité im St. Hedwig-Krankenhaus, der Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf und des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit, Mannheim. Unterstützt wurden die Arbeiten durch das Unternehmen Bionorica SE.

Originalpublikation:

<https://www.nature.com/articles/s41591-026-04546-9>

Weitere Informationen:

<https://psychiatrie.charite.de/> Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Campus Benjamin Franklin

https://psychiatrie.charite.de/metas/person/person/address_detail/prof_dr_med_st...
Forschungsbereich Traumafolgestörungen