

Colitis ulcerosa-Patienten profitieren von Nahrungsergänzung mit Curcumin

Datum: 24.08.2020

Original Titel:

The effect of curcumin supplementation on clinical outcomes and inflammatory markers in patients with ulcerative colitis

Kurz & fundiert

- 70 Patienten mit milder bis moderater Colitis ulcerosa bekamen entweder täglich Curcumin oder ein Placebo
- Patienten, die Curcumin bekamen, zeigten größere Verbesserungen bezüglich der Symptome, der Lebensqualität und bestimmter Entzündungswerte
- Da es sich hier um eine sehr kleine Studie handelt, ist weitere Forschung wünschenswert

MedWiss - Patienten mit einer milden bis moderaten Colitis ulcerosa können von einer Nahrungsergänzung mit Curcumin profitieren. Zu diesem Ergebnis kamen die Wissenschaftler in der kleinen, vorliegenden Studie. Den Vorteil sahen sie bezüglich der Symptome, der Lebensqualität und bestimmter Entzündungswerte.

Curcumin werden entzündungshemmende Eigenschaften zugeschrieben. Aus diesem Grund ist dieser Pflanzenstoff bei chronischen Darmentzündungen immer wieder im Gespräch. Wissenschaftler aus dem Iran untersuchten in einer randomisierten Doppelblindstudie, ob die Nahrungsergänzung mit Curcumin die Krankheitsaktivität von Colitis ulcerosa reduzieren kann.

Patienten mit Colitis ulcerosa erhielten entweder Curcumin oder ein Placebo

An der Studie nahmen insgesamt 70 Patienten mit einer milden bis moderaten Colitis ulcerosa teil. Nach dem Zufallsprinzip wurden sie in zwei verschiedene Gruppen eingeteilt. Während die eine Gruppe acht Wochen lang täglich 1 500 mg Curcumin bekam, erhielt die andere Gruppe stattdessen ein Placebo.

Die Nahrungsergänzung mit Curcumin brachte mehrere Vorteile

Bei dem Vergleich der beiden Patientengruppen stellten die Wissenschaftler fest, dass sich die Symptome bei der Curcumin-Gruppe stärker verbesserten als bei der Placebo-Gruppe (Simple Clinical Colitis Activity Index (SCCAI): -5,9 vs. -2,1; p=0,001). Des Weiteren hatten die Patienten, die Curcumin einnahmen, eine bessere gesundheitsbezogenen Lebensqualität (IBDQ-9) als die Patienten, die stattdessen das Placebo bekamen. Und auch auf bestimmte Entzündungswerte schien sich die Nahrungsergänzung mit Curcumin positiv auszuwirken. So sank die hs-CRP-Konzentration

im Blutserum bei Patienten mit Curcumin stärker als mit Placebo (-6,3 µg/ml vs. 3,7 µg/ml; p=001). Das gleiche galt für die Erythrozytensedimentationsrate (ESR) (-1,6 mm/h vs. 0,09 mm/h; p=0,02). Was die TNF- α -Werte anging, konnten die Wissenschaftler bei beiden Gruppen keine Veränderungen feststellen.

Die Nahrungsergänzung mit Curcumin zusätzlich zur Standardbehandlung reduzierte somit bestimmte Entzündungswerte bei Patienten mit milder bis moderater Colitis ulcerosa. Außerdem wirkte sich die Einnahme von Curcumin positiv auf die Symptome und die Lebensqualität der Patienten aus. Es ist jedoch anzumerken, dass es sich hier um eine kleine Studie mit nur wenigen Teilnehmern handelt. Weitere Forschung diesbezüglich ist somit wünschenswert.

Referenzen:

Sadeghi N, Mansoori A, Shayesteh A, Hashemi SJ. The effect of curcumin supplementation on clinical outcomes and inflammatory markers in patients with ulcerative colitis. *Phytother Res.* 2020;34(5):1123-1133. doi:10.1002/ptr.6581