

Curcumin ergänzend zu Dienogest verbessert Schmerzlinderung

Datum: 17.09.2025

Original Titel:

Add-on effect of curcumin to dienogest in patients with endometriosis: a randomized, double-blind, controlled trial

Kurz & fundiert

- Curcumin ergänzend zu Dienogest: Vorteil bei Endometriose?
- Randomisiert-kontrollierte Studie mit 86 Frauen über 8 Wochen
- Signifikanter Beitrag von Curcumin zu Schmerzlinderung und Steigerung der Lebensqualität

MedWiss - Eine randomisierte, doppelblind placebokontrollierte Studie fand, dass ergänzendes Curcumin in Kombination mit Dienogest signifikant Schmerzen linderte und die Lebensqualität von Frauen mit Endometriose verbesserte.

Endometriose ist eine chronische, gynäkologische Erkrankung, die besonders durch teils massive Schmerzen belastet und die Lebensqualität stark einschränkt. Aktuelle Behandlungen reichen nicht immer aus, die Erkrankungssymptome ausreichend zu lindern. Viele Patientinnen suchen daher auch nach ergänzenden Behandlungen, die einen Beitrag leisten könnten. Curcumin hat in präklinischen Studien vielversprechende Effekte demonstriert, die klinische Wirksamkeit, speziell in Ergänzung zu einer Standardtherapie wie beispielsweise Dienogest wurde bislang jedoch nicht analysiert.

Curcumin ergänzend zu Dienogest: Vorteil bei Endometriose?

Die vorliegende randomisierte, doppelblind placebokontrollierte Studie untersuchte den Effekt von ergänzendem Curcumin in Kombination mit Dienogest auf Schmerzen, Lebensqualität und sexuelle Funktion bei Frauen mit Endometriose.

Frauen zwischen 18 und 45 Jahren mit Endometriose im Stadium 2 - 3 und mittelschweren bis schweren Schmerzen, entsprechend Werten ≥ 4 auf der visuellen Analogskala (VAS, Skala von 0 - 9, 0 entsprechend keinem Schmerz) nahmen an der Studie teil. Die Teilnehmerinnen wurden zufällig entweder der Curcumin-Gruppe (Nanocurcumin-Kapsel, 80 mg/Tag) oder der Placebogruppe zugewiesen. Alle Patientinnen wurden außerdem mit Dienogest (2 mg/Tag) behandelt. Die Studienbehandlung erfolgte für 8 Wochen. Unterschiede in den Schmerzen wurden mit Hilfe der VAS-Werte erfasst und verglichen.

Randomisiert-kontrollierte Studie mit 86 Frauen über 8 Wochen

Insgesamt nahmen 86 Frauen an der Studie teil. Nach 8 Wochen wurden in der Curcumin-Gruppe signifikant größere Verbesserungen der Schmerzwerte im Vergleich zu Placebogruppe festgestellt.

Differenzen in Schmerzwerten Curcumin vs. Placebo:

- Dysmenorrhö: Mittelwertdifferenz, MD: -1,55; 95 % Konfidenzintervall, KI: -2,04 – -1,06; $p < 0,001$
- Dyspareunie: MD: -0,93; 95 % KI: -1,37 – -0,49; $p < 0,001$
- Chronische Unterleibsschmerzen: MD: -1,55; 95 % KI: -2,04 – -1,06; $p < 0,001$
- Dyschezia: MD: -0,30; 95 % KI: -0,58 – -0,03; $p = 0,030$

Die Patientinnen der Curcumin-Gruppe profitierten auch in ihrer Lebensqualität und sexueller Funktionalität (Female Sexual Function Index, FSFI). Die Größe eventueller Endometrioma unterschied sich nicht signifikant.

Signifikanter Beitrag von Curcumin zu Schmerzlinderung und Steigerung der Lebensqualität

Die Autoren schließen, dass die ergänzende Einnahme von Curcumin, zusätzlich zu einer Behandlung mit Dienogest, einen signifikanten Beitrag zur Schmerzlinderung und Steigerung der Lebensqualität bei Frauen mit Endometriose leisten kann.

Referenzen:

Sargazi-Taghazi M, Ghaznavi H, Sheervalilou R, Razavi M, Sepidarkish M. Add-on effect of curcumin to dienogest in patients with endometriosis: a randomized, double-blind, controlled trial. *Phytomedicine*. 2025 Jun;141:156715. doi: 10.1016/j.phymed.2025.156715. Epub 2025 Apr 1. PMID: 40220411.