

## Erhöhte Harnsäurewerte steigern Migräne

**Datum:** 01.06.2022

**Original Titel:**

An Exponential Curve Relationship Between Serum Urate and Migraine: A Cross-Section Study From NHANES

### Kurz & fundiert

- Zusammenhang zwischen Harnsäure als häufiges Stoffwechselendprodukt und Migräne soll aufgeklärt werden
- Daten aus der Nationalen Gesundheits- und Ernährungsermittlung Umfrage (NHANES) wurden dazu genutzt
- Migräne wurde durch Angabe der Patienten und verschriebene Medikamente diagnostiziert
- Von insgesamt 18 637 Studienteilnehmern waren 208 Migränepatienten
- Es bestand ein exponentieller Zusammenhang zwischen Harnsäure und Migräne

**MedWiss – Migräne ist eine der am häufigsten vorkommenden, neurologischen Erkrankungen. Wie genau sie entsteht und wovon sie beeinflusst wird, ist bisher unklar. Die chinesischen Autoren dieser Studie haben Harnsäure als einen beeinflussenden Faktor analysiert.**

---

Harnsäure kommt bei jedem Menschen im gewöhnlich ablaufenden Stoffwechsel als Endprodukt des Purin-Metabolismus in gewissen Maßen vor. In dieser Studie untersuchten die Autoren aus China ob und wie das Vorkommen und die Menge der Harnsäure die Häufigkeit von Migräne beeinflussen.

### Daten aus einer nationalen Befragung wurden genutzt

Dazu wurden Daten aus der nationalen Gesundheits- und Ernährungsermittlung Umfrage (engl.: National Health and Nutrition Examination Survey = NHANES) genutzt. Die Migränediagnose erfolgte durch Angaben der Teilnehmer und durch verschriebene Medikamente.

### Harnsäurewert und Migräne hängen zusammen

Insgesamt wurden Daten von 18 637 Teilnehmern ausgewertet von denen 208 Migränepatienten waren. Alle Teilnehmer ohne Migräne dienten der Kontrolle. Die Autoren beobachteten, dass es signifikante Unterschiede zwischen den beiden Gruppen im Alter, Geschlecht, Medikamentengebrauch, Blutalbuminwert, gesamter Proteinanteil im Blut, Hämoglobin, Eisen und Harnsäure im Blutserum gab. Ein deutlicher Zusammenhang bestand zwischen Harnsäure und Migräne. Überschritt die Harnsäure einen Wert von 7,8 mg/dl, trat Migräne mit einer Wahrscheinlichkeit von 51 - 77 % auf.

Die Autoren folgerten, dass es ab einem minimalen Harnsäurewert von 7,8 mg/dl einen exponentiellen Zusammenhang zwischen dem Harnsäurewert im Blutserum und dem Auftreten von Migräne gab.

Um den Harnsäurewert niedrig zu halten, kann eine purinarme Ernährung ([Deutsche Gesellschaft für Ernährung eV - DGE](#); aufgerufen am 21.05.22) hilfreich sein, bei der folgende Punkte beachtet werden:

- reichlich Getreideprodukte
- Kartoffeln
- ausgewählte Gemüsearten
- Salat und frisches Obst
- fettarme Milch bzw. Milchprodukte
- Eier in Maßen
- ausreichend Flüssigkeit
- wenig Alkohol (vor allem Bier)

**Referenzen:**

Hong P, Liu Y, Wan Y, Xiong H, Xu Y. An Exponential Curve Relationship Between Serum Urate and Migraine: A Cross-Section Study From NHANES. *Front Neurol.* 2022 Apr 15;13:871783. doi: 10.3389/fneur.2022.871783. PMID: 35493816; PMCID: PMC9051317.