

Fischöl bei Psoriasis?

Datum: 21.11.2022

Original Titel:

Effects of fish oil supplement on psoriasis: a meta-analysis of randomized controlled trials

MedWiss - Die Studie gibt keinen Hinweis darauf, dass Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3-Fettsäuren einen positiven Effekt haben könnten. Weitere Studien müssen die Fragestellung jedoch weiterhin untersuchen.

Fischöl enthält viele Omega-3-Fettsäuren, die als gesundheitsfördernd und entzündungshemmend gelten. Auch bei Psoriasis wurde Omega-3 immer wieder empfohlen. Eine Meta-Analyse aus Taiwan untersuchte, ob Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3-Fettsäuren auch positiv auf die Psoriasis wirken.

Die Wissenschaftler durchsuchten im Januar 2018 mehrere Datenbanken und schlossen 13 randomisiert, kontrollierte Studien ein. Daten von 3 Studien mit 337 Teilnehmern wurden für die Meta-Analyse genutzt. Die Auswertung zeigte, dass Fischöl als Nahrungsergänzungsmittel die Schwere der Psoriasis (gemessen anhand des PASI, *Psoriasis Area and Severity Index*) nicht minderte.

Die Studie gibt keinen Hinweis darauf, dass Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3-Fettsäuren einen positiven Effekt haben könnten. Weitere Studien müssen die Fragestellung jedoch weiterhin untersuchen.

Referenzen:

Yang S-J, Chi C-C. Effects of fish oil supplement on psoriasis: a meta-analysis of randomized controlled trials. *BMC Complement Altern Med.* 2019;19(1):354. doi:10.1186/s12906-019-2777-0