

Ginseng hat keine Auswirkungen auf die rheumatoide Arthritis

Datum: 14.09.2018

Original Titel:

Korean Red Ginseng exhibits no significant adverse effect on disease activity in patients with rheumatoid arthritis: a randomized, double-blind, crossover study

MedWiss - Die Studie zeigte, dass Ginseng keine Auswirkungen auf die Krankheitsaktivität hat und keine unterschiedlichen Nebenwirkungen als ein Placebo hervorruft. Damit kann die Studie weder positive noch negative Auswirkungen von Ginseng bei rheumatoider Arthritis belegen.

Die Wurzel des echten Ginsengs, *Panax ginseng*, wird schon seit Jahrtausenden in der chinesischen und koreanischen Medizin verwendet. Sie gilt als Allheilmittel, soll das Leistungsvermögen und die Stimmungslage steigern, als Blutverdünner wirken und die Abwehr steigern. Auch bei rheumatischen Erkrankungen wird Ginseng immer wieder eingenommen. Die Abwehr steigernde Wirkung könnte bei Autoimmunerkrankungen wie der rheumatoiden Arthritis jedoch widersprüchlich sein und die Aktivität der Immunzellen weiter anheizen und Symptome verschlimmern oder die Wirkung anderer Medikamente verändern. Ein Team koreanischer Wissenschaftler untersuchte daher jetzt die Wirkung von rotem Ginseng bei rheumatoider Arthritis.

Der echte Ginseng wächst in Asien und wird seit Jahrtausenden in der chinesischen Medizin verwendet

Der echte Ginseng wächst vor allem in Korea, China und Russland. Man unterscheidet den häufiger verwendeten roten und den weißen Ginseng, der allerdings mehr wirksame Inhaltsstoffe enthalten soll. Vor allem in Korea wird er auch seit Jahrtausenden kultiviert. Daneben gibt es noch verwandte Pflanzenarten, die häufig auch mit Ginseng bezeichnet werden, aber eine andere Wirkung haben. Ginseng kann als Pulver, Kapsel oder auch als Wurzel gekauft werden.

Die Wissenschaftler untersuchten 80 Frauen mit rheumatoider Arthritis. Sie waren durchschnittlich 51,9 Jahre alt und hatten einen DAS28-ESR von 3,5. Der DAS28 (*Disease Activity Score*) bewertet die Krankheitsaktivität der rheumatoiden Arthritis auf einer Skala von 0 bis 10, indem die Gelenke und die Blutsenkungsgeschwindigkeit (ESR) beurteilt werden. Die Hälfte der Patientinnen erhielt 2000 mg Ginseng täglich, die andere Hälfte erhielt ein Placebo für 8 Wochen. Danach wechselten die beiden Gruppen ihr Präparat und wurden weitere 8 Wochen untersucht.

Ginseng führte nicht zu einer Verbesserung der Krankheitsaktivität

In beiden Gruppen kam es bei 3,7 % der Patienten zu einer Verschlechterung des DAS28-ESR um 1,2 Punkte. In der Gruppe mit Ginseng kam es zu 10 unerwünschten Ereignissen, in der Gruppe mit Placebo zu 5 unerwünschten Ereignissen, der Unterschied war statistisch gesehen aber nicht bedeutsam. Die häufigsten unerwünschten Ereignisse unter Ginseng waren dabei Probleme des Magen-Darm-Trakts und des Nervensystems.

Die Studie zeigt daher, dass Ginseng keine Auswirkungen auf die Krankheitsaktivität hat und keine unterschiedlichen Nebenwirkungen als ein Placebo hervorruft. Damit kann die Studie weder positive noch negative Auswirkungen von Ginseng bei rheumatoider Arthritis belegen.

Referenzen:

Cho S-K, Kim D, Yoo D, Jang EJ, Jun J-B, Sung Y-K. Korean Red Ginseng exhibits no significant adverse effect on disease activity in patients with rheumatoid arthritis: a randomized, double-blind, crossover study. *J Ginseng Res.* 2018;42(2):144-148. doi:10.1016/j.jgr.2017.01.006