

## Kurkuma: nicht nur lecker, sondern auch hilfreich bei Colitis ulcerosa

**Datum:** 15.11.2021

**Original Titel:**

The efficacy of curcuminoids in improvement of ulcerative colitis symptoms and patients' self-reported well-being: A randomized double-blind controlled trial

**MedWiss - Curcuminoiden sind Bestandteile der Kurkuma, einer Pflanze, die bereits seit vielen Jahren in der traditionellen indischen und chinesischen Medizin eingesetzt wird. Wissenschaftler untersuchten in der vorliegenden kleinen Studie, ob sich Curcuminoiden positiv auf Colitis ulcerosa auswirkten, wenn sie zusätzlich zu der Standardtherapie eingenommen wurden. In der Tat konnten sie positive Effekte der Curcuminoiden beobachten.**

---

Kurkuma ist eine Pflanze, die schon seit langer Zeit in der traditionellen indischen und chinesischen Medizin eingesetzt wird. Die meisten kennen die Pflanze als Hauptbestandteil des Curry-Pulvers. Wesentliche Inhaltsstoffe sind die Curcuminoiden. Zu diesen zählt auch das Curcumin. Doch auch eine Mischung verschiedener Curcuminoiden wird als Curcumin bezeichnet. Curcuminoiden wird eine Reihe an positiven Eigenschaften zugeschrieben. So sollen sie unter anderem entzündungshemmend und schmerzlindernd wirken. Aus diesem Grund könnten Curcuminoiden bei Colitis ulcerosa helfen. Wir berichteten bereits von kleineren Studien, die Hinweise darauf gaben, dass Curcumin bei Colitis ulcerosa helfen könnte (z. B. [Studie von Simadibrata und Kollegen](#), 2017 in der medizinischen Fachzeitschrift *Acta medica Indonesiana* veröffentlicht). Wissenschaftler aus dem Iran ergänzten nun die Datenlage zu der Wirksamkeit von Curcumin bei Colitis ulcerosa.

### **Manche Patienten mit milder bis mittelschwerer Colitis ulcerosa bekamen zusätzlich zu Mesalazin Curcuminoiden**

An der Studie nahmen 56 erwachsenen Patienten mit leichter bis mittelschwerer Colitis ulcerosa teil. Die Patienten wurden zufällig in zwei verschiedenen Gruppen eingeteilt. Während die eine Gruppe vier Wochen lang zusätzlich zu Mesalazin (täglich 3 g) Curcuminoiden bekam (3-mal täglich 80 mg), erhielt die andere Gruppe stattdessen ein Placebo zu der gleichen Mesalazin-Therapie. Weder der behandelnde Arzt noch der Patient selbst wusste, wer die Curcuminoiden und wer das Placebo bekam. Zu Beginn der Therapie und 4 Wochen nach Beginn wurde die Krankheitsaktivität eines jeden Patienten beurteilt. Dazu nutzten die Wissenschaftler den SCCAI (kurz für *Simple Clinical Colitis Activity Index*). Hierbei wird der Patient gefragt, wie häufig er Darmbewegungen hat, wie dringend es ist, wenn er merkt, dass er seinen Darm entleeren muss, ob bzw. wie viel Blut im Stuhl ist, wie sein allgemeines Wohlbefinden ist und ob er von Symptomen außerhalb des Darms betroffen ist. Für jede Antwort werden entsprechende Punkte vergeben. Je höher der Wert, desto aktiver ist die Erkrankung.

### **Patienten konnten von den zusätzlichen Curcuminoiden profitieren**

Die Auswertung der Daten lässt vermuten, dass sich die Curcuminoide auf manche Beschwerden positiv auswirkten. Dies war zum Beispiel bei der Dringlichkeit des Stuhlganges der Fall. Diese verbesserte sich vier Wochen nach Beginn der Behandlung stärker bei den Patienten, die zusätzlich Curcuminoide schluckten, als bei den Patienten, die stattdessen ein Placebo bekamen. Außerdem berichteten die Patienten, die die Curcuminoide bekamen, nach 4 Wochen von einem besseren Allgemeinbefinden als die Patienten mit Placebo. Generell schienen sich die Curcuminoide auf die Krankheitsaktivität auszuwirken. Der durchschnittliche SCCAI-Wert war bei Patienten mit Curcuminoiden und Mesalazin nach 4-wöchiger Behandlung nämlich geringer als bei Patienten mit Placebo und Mesalazin.

Patienten mit einer leichten bis mittelschweren Colitis ulcerosa konnten somit davon profitieren, wenn sie zusätzlich zur Standardtherapie Curcuminoide bekamen. Patienten mit Curcuminoide hatten nach 4-wöchiger Behandlung eine geringere Krankheitsaktivität als Patienten, die stattdessen ein Placebo bekamen. Vor allem verbesserten sich die Dringlichkeit des Stuhlgangs und das Allgemeinbefinden der Patienten. Es handelt sich hier jedoch um eine sehr kleine Studie, wodurch die Aussagekraft der Ergebnisse eingeschränkt ist. Größer angelegte Studien sind wünschenswert, um diese Ergebnisse zu bestätigen.

**Referenzen:**

Masoodi M, Mahdiabadi MA, Mokhtare M, Agah S, Kashani AHF, Rezadoost AM, Sabzikarian M, Talebi A, Sahebkar A. The efficacy of curcuminoids in improvement of ulcerative colitis symptoms and patients' self-reported well-being: A randomized double-blind controlled trial. *J Cell Biochem.* 2018 Nov;119(11):9552-9559. doi: 10.1002/jcb.27273. Epub 2018 Aug 21.