

## Langfristig Melatonin gegen Fatigue bei Brustkrebs

**Datum:** 10.06.2024

**Original Titel:**

A Randomized, Controlled, Parallel-Group, Trial on the Long-term Effects of Melatonin on Fatigue Associated With Breast Cancer and Its Adjuvant Treatments

### Kurz & fundiert

- Melatonin gegen Fatigue bei Brustkrebs?
- Randomisierte, kontrollierte Studie: Melatonin versus Placebo über 2 Jahre
- Maß für Fatigue: BFI-Score
- Signifikant weniger Fatigue mit Melatonin versus Placebo
- Abnahme von Fatigue in der Interventionsgruppe auch versus Baseline signifikant

**MedWiss - Eine randomisierte, kontrollierte Studie ermittelte die Wirksamkeit von Melatonin gegen Fatigue bei Frauen mit Brustkrebs. Der durchschnittliche Fatigue-Wert war mit Melatonin versus Placebo nach 2 Jahren signifikant geringer. Der Effekt war auch im Vergleich zur Ausgangssituation signifikant.**

---

Fatigue tritt sehr häufig bei Brustkrebspatientinnen auf und kann die Lebensqualität der Betroffenen stark beeinflussen. Die Ursachen für Fatigue sind vielfältig und können im Zusammenhang mit der Erkrankung selbst, der Therapie und der emotionalen Belastung stehen. Eine potentielle Wirksamkeit gegen Fatigue könnte Melatonin bieten. Dieses Hormon reguliert den Schlaf-Wach-Zyklus und wird vom Körper produziert, um Schlaf einzuleiten und aufrecht zu halten. Durch die Einnahme von Melatonin kann die Qualität des Schlafs verbessert, die Einschlafzeit verkürzt und der Fatigue so entgegengewirkt werden.

### Melatonin gegen Fatigue bei Brustkrebs?

In einer randomisierten, kontrollierten Studie wurde der Einfluss der Einnahme von Melatonin auf Fatigue bei Frauen mit Brustkrebs untersucht. Für die Studie wurden 92 Brustkrebspatientinnen randomisiert aufgeteilt und erhielten entweder Melatonin (18 mg/Tag) oder Placebo. Die Intervention begann ab einer Woche vor der adjuvanten Behandlung bis zwei Jahre nach Abschluss der Brustkrebstherapie.

Wie stark die Teilnehmerinnen von Fatigue betroffen waren, wurde anhand der des BFI-Scores (Brief Fatigue Inventory) bewertet. Hierbei füllten die Patientinnen einen Fragebogen aus, in dem sie Angaben zu Aktivität, Stimmung und Lebensfreude machten.

## **Randomisiert-kontrollierte Studie mit 92 Patientinnen**

Zu Beginn der Studie fiel der BFI-Score in den beiden Studiengruppen ähnlich hoch aus. Zum Studienende nach zwei Jahren war der durchschnittliche BFI-Score in der Interventionsgruppe signifikant geringer als in der Kontrollgruppe ( $p < 0,001$ ). Auch die Abnahme von Fatigue über den Interventionszeitraum war bei Frauen, die Melatonin einnahmen, signifikant größer ( $p \leq 0,001$ ).

BFI-Scores vor Therapiestart und zwei Jahre nach Therapieende:

- Interventionsgruppe: Beginn:  $5,72 \pm 1,68$ ; Nach 2 Jahren:  $2,93 \pm 1,04$
- Kontrollgruppe: Beginn:  $5,56 \pm 1,59$ ; Nach 2 Jahren:  $1,99 \pm 1,02$

## **Höhere Fatigue-Linderung bei Einnahme von Melatonin**

Die Autoren schlussfolgerten, dass die langfristige Einnahme von Melatonin mit einer Abnahme der Fatigue bei Brustkrebspatientinnen verbunden ist und als ergänzende Behandlung eine Rolle spielen könnte.

### **Referenzen:**

Sedighi Pashaki A, Sheida F, Moaddab Shoar L, Hashem T, Fazilat-Panah D, Nemati Motehaver A, Ghanbari Motlagh A, Nikzad S, Bakhtiari M, Tapak L, Keshtpour Amlashi Z, Javadinia SA, Keshtpour Amlashi Z. A Randomized, Controlled, Parallel-Group, Trial on the Long-term Effects of Melatonin on Fatigue Associated With Breast Cancer and Its Adjuvant Treatments. *Integr Cancer Ther.* 2023 Jan-Dec;22:15347354231168624. doi: 10.1177/15347354231168624 . PMID: 37139718 ; PMCID: PMC10161337.