MedWiss.Online

Medizinalcannabis bei Schlaflosigkeit

Datum: 03.11.2026

Original Titel:
Medical cannabis for the treatment of insomnia

Kurz & fundiert

- Medizinalcannabis: Relevant bei der Behandlung von Schlaflosigkeit?
- Systematischer Review mit Metaanalyse über 9 Studien
- Wenig oder keine klinisch bedeutsamen Effekte auf den Schlaf im Vergleich zu Placebo

MedWiss – **Im systematischen Review mit Metaanalyse über 9 Studien zeigte Medizinalcannabis zur Behandlung von Insomnie wenig oder keine klinisch bedeutsamen Effekte auf die Schlafqualität oder Schlafzufriedenheit, die Gesamtschlafdauer sowie die Tagesfunktionalität. Bisherige Studiendaten deuten lediglich, mit geringer Evidenzsicherheit, auf mögliche Verbesserungen der Lebensqualität.**

Insomnie oder Schlaflosigkeit ist ein häufiges gesundheitliches Problem, das Betroffene stark belastet. Neben begrenzten pharmakologischen Optionen, die häufig nicht langfristig anwendbar sind, sowie dem Fokus auf Stress und Schlafhygiene setzen Menschen mit Schlaflosigkeit häufig eine Reihe von unterstützenden Maßnahmen ein, die nicht immer gut untersucht sind. So ist auch die Rolle von Medizinalcannabis bei der Behandlung der Schlaflosigkeit bisher unklar.

Medizinalcannabis: Relevant bei der Behandlung von Schlaflosigkeit?

Wissenschaftler untersuchten nun mögliche Effekte und Risiken von Medizinalcannabis bei Erwachsenen mit Schlaflosigkeit. Dazu führten sie einen systematischen Review in den medizinwissenschaftlichen Datenbanken CENTRAL, MEDLINE, Embase, Global Index Medicus sowie zwei Studienregistern durch, mit Veröffentlichung bis 5. April 2025. Die Metaanalyse schloss randomisiert-kontrollierte Studien mit erwachsenen Teilnehmern ein, bei denen Schlaflosigkeit mit Medizinalcannabis im Vergleich zu einem Placebo oder aktiven Vergleichswirkstoffen untersucht wurde.

Als Behandlungsergebnisse untersuchte die Studie die Schlafqualität und Zufriedenheit mit dem Schlaf, die Gesamtschlafdauer sowie unerwünschte Ereignisse. Zur Einschätzung wurden zudem Schlaflatenz, Erwachen nach Schlafbeginn, Tagesfunktionalität, Entzugssymptome und Lebensqualität untersucht.

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de

Systematischer Review mit Metaanalyse über 9 Studien

Die Metaanalyse umfasste 9 Studien mit insgesamt 537 Teilnehmern zwischen 18 und 76 Jahren. Die Teilnehmer der meisten Studien waren überwiegend Frauen (72,66 %). Die Mehrzahl der Studien untersuchte primäre Insomnie, eine Studie fokussierte stattdessen auf Schlaflosigkeit in Assoziation mit Begleiterkrankungen. In 3 Studien waren Patienten mit akuter Schlaflosigkeit eingeschlossen, 6 Studien umfassten Patienten mit chronischer Schlaflostigkeit. Nur eine Studie verglich Medizinalcannabis zu einem aktiven Wirkstoff (das Antidepressivum Amitryptilin), 8 Studien wurden placebokontrolliert durchgeführt.

Im Vergleich zu einem Placebo zeigte Medizinalcannabis wenig oder keine klinisch bedeutsamen Effekte auf die Schlafqualität oder Zufriedenheit mit dem Schlaf. Auch auf die Gesamtschlafdauer und Tagesfunktionalität konnten keine Effekte gezeigt werden, allerdings könnte Medizinalcannabis die Lebensqualität verbessern. Allen diesen Ergebnissen lag jedoch Evidenz sehr geringer Sicherheit zugrunde.

Medizinalcannabis vs. Placebo:

- Schlafqualität/Schlafzufriedenheit: Mittelwertdifferenz, MD: -0,49; 95 % Konfidenzintervall, KI: -1,06 – 0,08; I2 = 91 %; 7 Studien; n = 374
- Gesamtschlafdauer: MD: 7,68 Minuten; 95 % KI: -23,04 – 38,39; I2 = 80 %; 6 Studien; n = 194
- Tagesfunktionalität: MD: -0,34; 95 % KI: -0,83 – 0,16; I2 = 65 %; 5 Studien; n = 144
- Lebensqualität: MD: 0,84; 95 % KI: -0,61 – 2,29; I2 = 78 %; 3 Studien; n = 95

Medizinalcannabis ging jedoch im Placebovergleich mit einer leicht höheren Rate unerwünschter Ereignisse einher (Odds Ratio, OR: 11,25; 95 % KI: 4,46 – 28,35; I2 = 0 %; 3 Studien; n = 98; Evidenz niedriger Sicherheit).

Wenig oder keine klinisch bedeutsamen Effekte auf den Schlaf im Vergleich zu Placebo

Die Autoren schließen, dass Medizinalcannabis wenig oder keine klinisch bedeutsamen Effekte auf die Schlafqualität oder Schlafzufriedenheit hat, die Gesamtschlafdauer sowie die Tagesfunktionalität hat. Bisherige Studiendaten deuten lediglich, mit geringer Evidenzsicherheit, auf mögliche Verbesserungen der Lebensqualität.

Referenzen:
Varela LB, Miño Zambrano JE, Maura Goncalves Costa B, Santos Marques da Silva G, Escobar Liquitay CM, Díaz Menai S, Meza N, Garegnani LI. Medical cannabis for the treatment of insomnia. Cochrane Database Syst Rev. 2026 Oct 13;10(10):CD016216. doi: 10.1002/14651858.CD016216.pub2. PMID: 42863850; PMCID: PMC13657789.

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de