

## Melatonin – mögliche Prophylaxebehandlung für Migräne?

**Datum:** 02.08.2022

**Original Titel:**

Therapeutic role of melatonin in migraine prophylaxis: A systematic review.

**MedWiss – Ist Melatonin eine Option bei Migräne? Dem aktuellen Forschungsstand nach zu schließen, könnte das Tag-Nacht-Hormon Melatonin ein vielversprechender Kandidat für die Behandlung von Migräne sein. Allerdings ist die derzeitige Forschung zu Wirkung, Vergleich mit anderen Substanzen und der Verträglichkeit noch nicht ausreichend, um klare Aussagen zu treffen.**

---

Melatonin ist gewissermaßen die Uhr-Substanz, das Tag-Nacht-Hormon, das von der Hypophyse im Gehirn produziert wird und die Tag-Nacht-Rhythmen, auch zirkadiane Rhythmen genannt, reguliert. Es gibt viele neurologische Erkrankungen, die mit Melatonin oder gestörten Tag-Nacht-Rhythmen in Zusammenhang stehen. Auch bei der Migräne sind Schlaf und Tagesablauf relevant. Könnte Melatonin aber auch eine therapeutische Rolle übernehmen?

### **Ist das Tag-Nacht-Hormon Melatonin eine Option bei Migräne?**

Ziel einer neuen Studie war es nun, systematisch die Forschungserkenntnisse zu Melatonin als möglicher Migräneprophylaxe zusammenzufassen. Dazu durchsuchten die Wissenschaftler die medizinwissenschaftliche Datenbanken *PubMed* und *Google Scholar* nach entsprechenden Studien.

### **Übersicht des Forschungsstands zur Wirkung von Melatonin als Migräneprophylaxe**

Insgesamt fanden sich 7 Veröffentlichungen, in denen 4 randomisierte kontrollierte Studien (mit einer Vergleichssubstanz als Kontrolle) und 3 beobachtende Studien berichtet wurden. Aufgrund der großen Unterschiede zwischen den Studien und ihrer geringen Anzahl war eine detaillierte Meta-Analyse nicht möglich. Im vergleichenden Überblick zeigte sich aber, dass derzeit nicht klar gesagt werden kann, ob Melatonin wirksam als Prophylaxe für Migräne eingesetzt werden kann. Konkret fanden zwei Studien, dass Melatonin nicht besser als ein Scheinmedikament wirkte. Eine weitere Studie fand, dass Melatonin dem Antidepressivum Amitripylin unterlegen war. Allerdings waren diese drei Studien aus methodischen und therapeutischen Gründen nicht sehr überzeugend.

In den beobachtenden Studien schien Melatonin dagegen wirksam als vorbeugendes Migränemedikament zu sein. Dabei wurden verschiedene Formen von Melatonin untersucht (schnell-wirksames Melatonin, langsam-freisetzendes Melatonin und Agomelatin) sowie unterschiedliche Behandlungsdauern. Eine Studie mit nur zwei Monaten Behandlungsdauer fand keine Wirkung – dies könnte demnach zu kurz sein.

Die Behandlung mit Melatonin scheint allgemein recht gut verträglich zu sein, soll aber mit Blick auf mögliche Nebenwirkungen auf die Leber oder das Immunsystem nur mit Vorsicht und Check-Ups angewendet werden.

## **Wirkung, Vergleich mit anderen Substanzen und der Verträglichkeit noch nicht ausreichend klar**

Die Autoren schließen aus dem Forschungsstand, dass Melatonin eine Option bei Migräne sein kann und durchaus ein vielversprechender Kandidat für die Prophylaxebehandlung ist. Allerdings ist die derzeitige Forschung zu Wirkung, Vergleich mit anderen Substanzen und der Verträglichkeit noch nicht ausreichend, um klare Aussagen zu treffen.

### **Referenzen:**

Long R, Zhu Y, Zhou S. Therapeutic role of melatonin in migraine prophylaxis. *Medicine (Baltimore)*. 2019;98(3):e14099. doi:10.1097/MD.00000000000014099