

## Mit Schlafentzug gegen Depression

**Datum:** 23.02.2022

**Original Titel:**

Sleep deprivation as treatment for depression: systematic review and meta-analysis

**Kurz & fundiert**

- Systematischer Review und Meta-Analyse zum therapeutischen Schlafentzug
- 8 kontrollierte Studien, 1 qualitative Studie, 7 Fallserien
- Für manche Patienten vorübergehend wirksam
- Switchgefahr, sonst keine ernsten Komplikationen

**MedWiss - Forscher führten einen systematischen Review der Evidenz zur Wirksamkeit und Sicherheit von therapeutischem Schlafentzug als Behandlung bei unipolarer oder bipolarer Depression durch. 8 kontrollierte Studien, 1 qualitative Studie sowie 7 Fallserien zeigten, dass die Behandlung je nach Patientengruppe vorübergehend wirksam sein kann. Die Forscher fordern weitere Studien zur besseren Eingrenzung geeigneter Patientengruppen.**

Schlafentzug wird seit Jahren bei der Depression eingesetzt und untersucht. Forscher führten nun einen systematischen Review der Evidenz zur Wirksamkeit und Sicherheit von therapeutischem Schlafentzug als Behandlung bei unipolarer oder bipolarer Depression durch.

Die systematische Literaturübersicht wurde nach PRISMA-Richtlinien durchgeführt. Außerdem wurde die Sicherheit der jeweiligen Evidenz bewertet. Zur Einschätzung der Wirksamkeit zogen die Forscher kontrollierte Studien heran, Fallserien wurden zur Evaluation von Komplikationen genutzt. Zur Analyse der Erfahrungen von Patienten dienten dagegen qualitative Studien.

### **Systematischer Review und Meta-Analyse zum therapeutischen Schlafentzug**

Die Recherche ergab 8 kontrollierte Studien mit zusammen 368 Patienten, 1 qualitative Studie sowie 7 Fallserien mit zusammen 825 Patienten. Eine Woche nach Behandlungsstart zeigte sich keine Reduktion depressiver Symptome durch Schlafentzug in Kombination mit Standardbehandlung im Vergleich zu nur der Standardbehandlung (standardisierte Mittelwertsdifferenz SMD = -0,29; 95 % Konfidenzintervall CI: -0,84 - 0,25; p = 0,29). Bei Ausschluss einer Studie mit älteren Patienten in einer post-hoc-Analyse zeigte sich allerdings ein signifikanter Effekt (SMD = -0,54; 95 % CI: -0,86 - -0,22; p < 0,001), der jedoch nach zwei Wochen kleiner wurde.

### **Für manche Patienten vorübergehend wirksam**

Im Vergleich zu Antidepressiva zeigte sich keine Überlegenheit des therapeutischen Schlafentzugs. Allerdings könnte Schlafentzug unter bestimmten Bedingungen überlegen sein, berichten die Forscher. Es ist unsicher, ob Schlafentzug die Schlafqualität, Lebensqualität, Alltagsfunktionalität oder Länge eines Krankenhausaufenthalts beeinflusst. Außer einem Risiko für einen Switch in eine manische Episode (Risiko zwischen 2,7 %-10,7 %) wurden keine anderen ernsten Komplikationen berichtet.

## **Bis auf Switchgefahr keine ernsten Komplikationen**

Schlafentzug wurde, so zeigte die Literaturübersicht, in einem breiten Spektrum an Settings untersucht. Daraus ergaben sich sehr unterschiedliche Resultate zur kurzfristigen Wirksamkeit bei der Behandlung depressiver Symptome. Post-hoc-Analysen deuten auf einen signifikanten, wenn auch vorübergehenden Effekt in bestimmten Populationen. Weitere Studien sollten darauf fokussieren, welche Untergruppen speziell auf diese Behandlung ansprechen und die Machbarkeit in der klinischen Routine untersuchen.

### **Referenzen:**

Ioannou, Michael, Constanze Wartenberg, Josephine T.V. Greenbrook, Tomas Larson, Kajsa Magnusson, Linnea Schmitz, Petteri Sjögren, Ida Stadig, Zoltán Szabó, and Steinn Steingrimsson. "Sleep Deprivation as Treatment for Depression: Systematic Review and Meta-analysis." *Acta Psychiatrica Scandinavica*, November 3, 2020, acps.13253. <https://doi.org/10.1111/acps.13253>.