

Morbus Crohn: Achtsamkeitsintervention reguliert Gehirn-Immunachse

Datum: 14.02.2022

Original Titel:

Brain-immune axis regulation is responsive to cognitive behavioral therapy and mindfulness intervention: Observations from a randomized controlled trial in patients with Crohn's disease

Kurz & fundiert

- Achtsamkeitsbasierte Intervention (COBMINDEX) stärkt bei Morbus Crohn-Patienten die Stressresistenz
- Immunologisches Profil korreliert bei Morbus Crohn mit psychischem Stress und Grad der Erkrankung
- Israelische Studie mit 171 Probanden

MedWiss - Kognitive Verhaltenstherapie und Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion verbessern Krankheitsaktivität und psychische Belastbarkeit bei Morbus Crohn.

Die chronisch-entzündliche Darmerkrankung Morbus Crohn (MC) ist mit psychischem Stress assoziiert, der hauptsächlich durch die Hypothalamus-Hypophysen-Nebennieren-Achse (HPA) reguliert wird. Israelische Forscher haben nun untersucht, ob die psychologischen Merkmale von MC-Patienten mit ihrem Entzündungszustand in einem Zusammenhang stehen und ob eine 3-monatige Intervention zur kognitiven Verhaltens- und Achtsamkeitsbasierten Stressreduktion (COBMINDEX) den Entzündungsprozess beeinflussen kann.

Messung von Entzündungsmarkern und psychologischen Parametern

Im Rahmen der Studie wurden bei MC-Patienten vor und nach COBMINDEX Entzündungsmarker sowie ein breites Spektrum psychologischer Parameter in Bezug auf Stress und Wohlbefinden gemessen. Die gemessenen Entzündungsmarker bei MC-Patienten wurden auch mit alters- und geschlechtsangepassten gesunden Kontrollen verglichen.

Niedriggradige Entzündung korreliert mit Stress und geringerem Wohlbefinden

MC-Patienten zeigten im Vergleich zu Kontrollen eine erhöhte periphere niedriggradige Entzündung, die durch IL-6, TNF α , IL-17, MCP-1 und IL-18 nachgewiesen wurde. Höhere IL-18-Spiegel korrelierten mit einem höheren Stress-Score und einem geringeren Wohlbefinden bei MC-Patienten. Die COBMINDEX-Intervention wurde von Veränderungen der Entzündungsmarker begleitet, die mit Veränderungen des Cortisolspiegels assoziiert waren. Veränderungen der Cortisolspiegel korrelierten positiv mit denen von IL-10 und IFN α und negativ mit denen von MCP-1. Zudem sagten Entzündungsmarker von MC-Patienten zu Studienbeginn die Wirksamkeit von

COBMINDEX voraus, da höhere Spiegel bestimmter Zytokine und Cortisol zu Studienbeginn negativ mit der Krankheitsaktivität (nach dem Harvey-Bradshaw-Index) und der psychischen Belastung nach der COBMINDEX-Intervention korrelierten.

Intervention wirkt sich positiv auf Wohlbefinden und Entzündungsprozess aus

Die Ergebnisse der Studie zeigten, dass MC-Patienten ein charakteristisches immunologisches Profil aufweisen, welches mit psychischem Stress und der Schwere der Erkrankung korrelieren. Eine kognitive Verhaltenstherapie und Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (COBMINDEX) stärken bei MC-Patienten die Stressresistenz. Dies wirkt sich positiv auf ihr Wohlbefinden und ihren krankheitsassoziierten Entzündungsprozess aus.

Referenzen:

Nemirovsky, A., Ilan, K., Lerner, L., Cohen-Lavi, L., Schwartz, D., Goren, G., Sergienko, R., Greenberg, D., Slonim-Nevo, V., Sarid, O., Friger, M., Regev, S., Odes, S., Hertz, T., & Monsonogo, A. (2022). Brain-immune axis regulation is responsive to cognitive behavioral therapy and mindfulness intervention: Observations from a randomized controlled trial in patients with Crohn's disease. *Brain, Behavior, & Immunity - Health*, 19, 100407.