

## Olivenöl bei Colitis ulcerosa

**Datum:** 04.04.2023

**Original Titel:**

Effects of olives and their constituents on the expression of ulcerative colitis: a systematic review of randomised controlled trials

**Kurz & fundiert**

- Hilft natives Olivenöl bei Colitis ulcerosa?
- Metaanalyse mit Tier- und Humanstudien zu Colitis ulcerosa
- Olivenöl verbesserte Symptome im Tiermodell

**MedWiss - Eine aktuelle Auswertung mehrerer Studien konnte zeigen, dass natives Olivenöl die Krankheitssymptome von Colitis ulcerosa verbessern kann.**

---

In der Literatur wurden bereits entzündungshemmende und antioxidative Eigenschaften von nativem Olivenöl extra beschrieben. Die Effekte von Olivenöl auf entzündliche Erkrankungen wie Colitis ulcerosa (UC) müssen jedoch noch definiert werden. Eine aktuelle systematische Überprüfung und Metaanalyse hat nun olivenbasierte Interventionen bei UC näher beleuchtet. Hierzu wurde zwischen dem 9. Juli 2018 und dem 16. August 2018 eine umfassende Datenbanksuche nach randomisierten kontrollierten Studien durchgeführt. Weitere Studien, die anhand von Suchbenachrichtigungen identifiziert wurden, wurden bis zum 22. Juni 2020 aufgenommen. Sowohl Studien mit CU-Patienten, als auch Mausmodelle wurden in die Überprüfung eingeschlossen. Die Studienautoren konnten keine Studien am Menschen identifizieren, die die Eignungskriterien erfüllten. Deshalb konnten in die Auswertung ausschließlich Tierstudien (n = 19) einbezogen werden. Aufgrund der Heterogenität der Ergebnisse konnte eine Zusammenführung der Daten nicht durchgeführt werden. Es wurden jedoch allgemeine Trends zugunsten von Interventionen mit Olivenöl aufgezeigt.

**Positive Beeinflussung des Krankheitsverlaufs**

Folgende Ergebnisse waren in 16/19 Studien statistisch signifikant, mit mäßigen bis großen Effektstärken (-0,66; 95 % KI -1,56 bis 0,24) bis (-12,70; 95 % KI -16,8 bis -8,7):

- mildere Krankheitsausprägung
- Gewichtserhaltung
- Reduktion von Rektalblutungen
- wohlgeformte Stühle

Allerdings konnten Interventionen auf Olivenbasis in keiner Studie die Entwicklung von Colitis-ähnlichen Pathologien verhindern.

## **Ergebnisse überzeugten im Mausmodell**

Olivenöl führte in Colitis Ulcerosa-Mausmodellen zu milderer Krankheitsergebnissen. Die Studienautoren halten es deshalb für gerechtfertigt, randomisierte kontrollierte Studien am Menschen durchzuführen, um festzustellen, ob sich diese Ergebnisse auf Colitis Ulcerosa-Patienten übertragen lassen.

### **Referenzen:**

Daniel, K., Vitetta, L., & Fiatarone Singh, M. A. (2022). Effects of olives and their constituents on the expression of ulcerative colitis: a systematic review of randomised controlled trials. *British Journal of Nutrition*, 127(8), 1153-1171.