

Probiotika bei Morbus Crohn – wirklich ein Effekt?

Datum: 19.05.2025

Original Titel:

Evaluating the Efficacy of Probiotics on Disease Progression, Quality of Life, and Nutritional Status Among Patients with Crohn's Disease: A Multicenter, Randomized, Single-Blinded Controlled Trial

Kurz & fundiert

- Effekt von Probiotika auf die entzündliche Darmerkrankung Morbus Crohn
- Eine multizentrische, randomisierte, einfach verblindete kontrollierte Studie
- Probiotika verbesserten in der Interventionsgruppe die Körperzusammensetzung (Gewicht, BMI) und die Nährstoffaufnahme (Kalzium, Riboflavin, Folat)
- Lebensqualität stieg durch Probiotikaeinnahme signifikant
- Keine signifikanten Unterschiede bei Krankheitsverlauf oder Symptomen zwischen der Kontroll- und Interventionsgruppe
- Nebenwirkungen waren mild, wie Übelkeit (18,2 %) und Bauchbeschwerden (9,1 %)

MedWiss – Eine aktuelle Studie untersuchte die Auswirkungen einer probiotischen Nahrungsergänzung bei Menschen mit Morbus Crohn. Während die Symptome und Krankheitsverläufe zwischen Kontroll- und Probiotikagruppe ähnlich blieben, zeigte die Probiotikagruppe eine Gewichtszunahme sowie eine verbesserte Nährstoffaufnahme. Auch die Lebensqualität verbesserte sich in der Interventionsgruppe signifikant.

Das Interesse an der Rolle der Darmmikrobiota in der Pathophysiologie entzündlicher Darmerkrankungen (CED), einschließlich Morbus Crohn, wächst. Deshalb wurden Probiotika bereits als mögliche Zusatztherapie für diese Erkrankungen durch Veränderung der Darmumgebung vorgeschlagen, obwohl Studien zu ihrer Wirksamkeit gemischte Ergebnisse erbracht haben. Eine neuere Studie zielt darauf ab, die kurzfristigen Auswirkungen (2 Monate) eines Nahrungsergänzungsmittels mit Lactobacilli, Bifidobakterien und Lactococcus bacillus auf Krankheitsverlauf, Remission, Lebensqualität und Nährstoffaufnahme bei libanesischen Patienten mit MC zu untersuchen.

Effekt von Probiotika auf die entzündliche Darmerkrankung Morbus Crohn

Vom 1. April 2024 bis zum 1. August 2024 wurde in 2 medizinischen Zentren in Beirut eine multizentrische, randomisierte, einfach verblindete kontrollierte Studie durchgeführt. Rekrutierung, Vorscreening, Screening sowie die Protokollimplementierung wurden in beiden Zentren durchgeführt. Es wurden Daten von 21 Patienten mit Morbus Crohn erhoben, die nach dem Zufallsprinzip der Kontrollgruppe (n = 10) und der Interventionsgruppe (n = 11) zugewiesen

wurden. Zu Beginn und nach 2 Monaten wurden die Teilnehmer klinisch untersucht, einer WHOQOL-BREF-Bewertung unterzogen und 24-Stunden-Ernährungsprotokolle erhoben. Bei den Nachuntersuchungen wurden Befragungen zum Krankheitsverlauf, zur Lebensqualität, zur Therapietreue und zu Nebenwirkungen durchgeführt, außerdem wurden wiederholt Körperzusammensetzung und anthropometrische Messungen vorgenommen.

Randomisierte Studie untersuchte Effekt auf Krankheitsverlauf, Lebensqualität und Ernährungszustand

Die Einnahme von Probiotika über 2 Monate veränderte die Symptome, Krankheitsschübe oder Krankenhausaufenthalte zwischen der Kontroll- und der Interventionsgruppe nicht signifikant. Die Interventionsgruppe verzeichnete jedoch eine deutliche Zunahme des Körpergewichts ($p = 0,01$), des BMI ($p = 0,01$), der Körperfettmasse ($p = 0,04$) und des Armmuskelumfangs ($p = 0,01$). Die Muster der Nährstoffaufnahme unterschieden sich: Die Interventionsgruppe zeigte im Vergleich zu den Kontrollgruppen einen erhöhten Konsum von Kalzium, Riboflavin und Folsäure ($p = 0,01$; $p = 0,04$ bzw. $p = 0,013$). Die Nahrungsergänzung mit Probiotika führte bei den Interventionsteilnehmern zu signifikanten Erhöhungen der Ballaststoffe ($p = 0,01$), des Gesamtzuckers ($p = 0,02$) und des Koffeins ($p = 0,01$) innerhalb der Gruppe. Die Nebenwirkungen in der Interventionsgruppe waren mild und umfassten Übelkeit (18,2 %) und Bauchschmerzen (9,1 %). Die Lebensqualität verbesserte sich in der Interventionsgruppe signifikant, insbesondere in den Bereichen Körper ($p = 0,03$), Psyche ($p = 0,04$) und Umwelt ($p = 0,003$), während sich in der Kontrollgruppe nur die psychische Gesundheit verbesserte.

Probiotika zeigten nur minimale Auswirkungen auf die Krankheitssymptome

Insgesamt deuten die Ergebnisse laut der Autoren darauf hin, dass Probiotika die Körperzusammensetzung, die Nährstoffaufnahme und bestimmte Aspekte der Lebensqualität bei Morbus-Crohn-Patienten verbessern können, obwohl sie nur minimale Auswirkungen auf die Krankheitssymptome hatten.

Referenzen:

Hoteit M, Hellani M, Karaja M, Zayour N, Sadek Z, Hotayt B, Hallal M. Evaluating the Efficacy of Probiotics on Disease Progression, Quality of Life, and Nutritional Status Among Patients with Crohn's Disease: A Multicenter, Randomized, Single-Blinded Controlled Trial. *Nutrients*. 2025 Feb 17;17(4):708. doi: 10.3390/nu17040708. PMID: 40005035; PMCID: PMC11858769.