

Psilocybin mit begleitender Psychotherapie zeigt antidepressiven Effekt über zwölf Monate

Psilocybin mit begleitender Psychotherapie kann bei Menschen mit therapieresistenter Depression zu langfristigen Verbesserungen der depressiven Symptomatik führen. Das zeigt eine jetzt veröffentlichte Langzeitnachbeobachtung des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit (ZI), der Charité - Universitätsmedizin Berlin und der MIND Foundation. Die antidepressiven Effekte hielten über einen Zeitraum von bis zu zwölf Monaten an. Nach Angaben der Forschenden handelt es sich um die bislang umfassendste Langzeituntersuchung einer klinischen Studie mit Psychedelika. Die Ergebnisse wurden in der renommierten Fachzeitschrift „Psychotherapy and Psychosomatics“ veröffentlicht.

Ob antidepressive Effekte psychedelischer Therapien auch langfristig Bestand haben, ist bislang kaum untersucht. Die nun ausgewerteten Langzeitdaten der EPIsoDE-Studie deuten darauf hin, dass die antidepressiven Effekte einer Behandlung mit Psilocybin und begleitender Psychotherapie über zwölf Monate hinweg bestehen bleiben können.

An der Studie nahmen 144 Patientinnen und Patienten mit therapieresistenter Depression teil. 126 von ihnen wurden in die Langzeitanalysen über sechs und zwölf Monate einbezogen. Alle Teilnehmenden hatten im Rahmen der klinischen Studie mindestens eine Behandlung mit 25 mg Psilocybin in Kombination mit einer psychotherapeutischen Begleitung erhalten.

Langfristige Effekte auch nach Berücksichtigung späterer Antidepressiva-Einnahmen stabil

Die depressive Symptomatik blieb über den gesamten Beobachtungszeitraum im Durchschnitt deutlich reduziert. Erfasst wurde dies unter anderem mit der international etablierten Hamilton Depression Rating Scale (HAMD17), einem klinischen Instrument zur Bewertung depressiver Symptome. Auch nach zwölf Monaten waren die depressiven Symptome auf der HAMD17-Skala im Durchschnitt um etwa acht Punkte geringer als vor der Behandlung. Dies gilt als klinisch bedeutsame Verbesserung der Symptomatik.

Besonders relevant ist dabei die Tatsache, dass die beobachteten antidepressiven Effekte auch dann bestehen blieben, wenn statistisch berücksichtigt wurde, ob Teilnehmende nach der Studientherapie erneut klassische Antidepressiva einnahmen.

Hoher Bedarf an neuen Behandlungsansätzen

„Die langfristige Stabilität der antidepressiven Effekte ist ein besonders wichtiger Befund unserer Studie“, sagt Prof. Dr. Gerhard Gründer, Leiter der Abteilung Molekulares Neuroimaging am Zentralinstitut für Seelische Gesundheit und einer der Letztautoren der Studie. „Gerade bei therapieresistenten Depressionen besteht ein hoher Bedarf an neuen Behandlungsansätzen, die über kurzfristige Verbesserungen hinausgehen“, ergänzt Gründer.

Die Daten stammen aus der EPIsoDE-Studie, die zwischen 2021 und 2024 in Mannheim und Berlin durchgeführt wurde. Die Behandlung umfasste neben den Psilocybin-Sitzungen auch ein strukturiertes psychotherapeutisches Setting mit Vorbereitungs- und Integrationssitzungen.

„Anders als klassische Antidepressiva wird Psilocybin nicht dauerhaft eingenommen, sondern in wenigen Sitzungen mit begleitender Psychotherapie eingesetzt. Das macht die Ergebnisse besonders bemerkenswert“, sagt Lea Mertens, Erstautorin der Studie und Wissenschaftlerin am ZI. „Die psychotherapeutische Einbettung dürfte dabei eine zentrale Rolle für die langfristige Verarbeitung und Integration der Erfahrungen spielen. Das genaue Zusammenspiel der psychologischen und biologischen Wirkfaktoren der Therapie muss jedoch noch weiter untersucht werden.“

Ergebnisse müssen vorsichtig interpretiert werden

Die Forschenden betonen zugleich, dass die Ergebnisse vorsichtig interpretiert werden müssen. Bei der jetzt veröffentlichten Auswertung handelt es sich um eine Langzeitnachbeobachtung ohne zusätzliche Kontrollgruppe über den gesamten Zwölf-Monats-Zeitraum. Die Teilnehmenden konnten nach Abschluss der eigentlichen Studie wieder reguläre Behandlungen in Anspruch nehmen und es gab die Möglichkeit an einer fortlaufenden monatlichen Integrationsgruppe teilzunehmen. „Die Erfahrungen während der Behandlung waren für viele Teilnehmende sehr intensiv und persönlich bedeutsam. Deshalb haben wir eine monatliche Integrationsgruppe angeboten, die von vielen genutzt wurde“, sagt Dr. Michael Koslowski, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie an der Charité – Universitätsmedizin Berlin.

Laut den Forschenden seien weitere randomisierte Langzeitstudien notwendig, um die Ergebnisse zu bestätigen und die langfristige Wirksamkeit im Vergleich zu bestehenden Therapieverfahren zu untersuchen.

Psilocybin ist ein psychedelischer Wirkstoff, der in der EPIsoDE-Studie ausschließlich unter kontrollierten klinischen Bedingungen und mit intensiver psychotherapeutischer Begleitung eingesetzt wurde. Die Studie wurde vom Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt (BMFTR; ehemals BMBF) gefördert.

Über das ZI

Das Zentralinstitut für Seelische Gesundheit (ZI) steht für international herausragende Forschung und wegweisende Behandlungskonzepte in Psychiatrie und Psychotherapie, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Suchtmedizin. Die Kliniken des ZI gewährleisten die psychiatrische Versorgung der Mannheimer Bevölkerung. Psychisch kranke Menschen aller Altersstufen können am ZI auf fortschrittlichste, auf internationalem Wissensstand basierende Behandlungen vertrauen. Über psychische Erkrankungen aufzuklären, Verständnis für Betroffene zu schaffen und die Prävention zu stärken ist ein weiterer wichtiger Teil unserer Arbeit. In der psychiatrischen Forschung zählt das ZI zu den führenden Einrichtungen Europas und ist ein Standort des Deutschen Zentrums für Psychische Gesundheit (dzpg.org). Das ZI ist institutionell mit der Universität Heidelberg über gemeinsam berufene Professorinnen und Professoren der Medizinischen Fakultät Mannheim verbunden und Mitglied der Health + Life Science Alliance Heidelberg Mannheim (health-life-sciences.de).

Originalpublikation:

Mertens LJ et al. Long-Term Efficacy of Psilocybin with Adjunct Psychotherapy in Treatment-Resistant Major Depression (EPIsoDE): 6- and 12-Month Naturalistic Follow-Up of a Phase 2b Trial. *Psychother Psychosom.* 2026. DOI: 10.1159/000552272
<https://doi.org/10.1159/000552272>