

Vitamin D-Prophylaxe für Migränepatienten

Datum: 25.10.2018

Original Titel:

A randomized, double-blinded, placebo-controlled, parallel trial of vitamin D3 supplementation in adult patients with migraine

MedWiss - Zusammenfassend fanden die Forscher einen positiven Effekt von Vitamin D-Ergänzung bei Migränepatienten. Die zusätzliche Aufnahme des Vitamins führte im Vergleich zu Placebo zu weniger Migräneattacken und reduzierte auch die Zahl der Kopfschmerztage. Größere Studien müssen dieses Ergebnis nun überprüfen und klären, ob Vitamin D eine weitere Prophylaxeoption für Migränepatienten sein könnte.

Vitamin D-Werte wurden schon früher mit Migräne und anderen Schmerzerkrankungen in Verbindung gebracht. Ob aber die zusätzliche Einnahme von Vitamin D gegen Migräne helfen kann, ist bisher unklar.

Vitamin D: besser mehr bei Migräne?

Dazu führten Forscher nun eine randomisierte doppelblinde Placebo-kontrollierte Studie durch - sie verglichen also die Migränehäufigkeit bei Patienten, die Vitamin D zusätzlich einnahmen, mit der Häufigkeit bei Patienten, die statt des Vitamin D eine Scheinbehandlung erhielten. Insgesamt wurden 48 Migränepatienten (36 Frauen und 12 Männer zwischen 18 und 65 Jahren) als Studienteilnehmer gewonnen. Vor Beginn der Behandlungsphase wurde über vier Wochen die Kopfschmerzhäufigkeit aufgezeichnet. Anschließend wurden die Teilnehmer zufällig entweder der Vitamin D- oder der Placebo-Behandlung zugeordnet. Diese Behandlung wurde für 6 Monate durchgeführt. 24 Teilnehmer (18 Frauen, 6 Männer) erhielten 100 µg/Tag Vitamin D3, die übrigen 24 Teilnehmer erhielten das Scheinmedikament. Migräneattacken und begleitende Symptome wurden mithilfe selbstgeführter Tagebücher aufgezeichnet. Dadurch wurden auch das Ansprechen (ob Patienten mindestens eine Halbierung der Migränehäufigkeit im Vergleich zum Vorbehandlungszeitraum erreichten), Änderungen des Schweregrads der Migräne und die Zahl der Migränetage ermittelt. Zusätzlich wurden auch Änderungen weiterer Migränesymptome (z. B. Lichtempfindlichkeit oder Schwindel), die Belastung durch den Kopfschmerz (mithilfe des HIT-6-Tests) und die Schmerzempfindlichkeit getestet. Außerdem wurden die Blutkonzentrationen von Vitamin D im Vorbehandlungszeitraum sowie nach 6 Monaten der Behandlung ermittelt. Vitamin D wird typischerweise in seiner D3-Form (25(OH)D, auch 25-Hydroxyvitamin D oder Cholecalciferol genannt) aufgenommen. Im Körper wird es dann weiter zu 1,25-Dihydroxyvitamin D₃ (1,25(OH)₂D, auch Calcitriol genannt) umgebaut. In dieser Untersuchung wurden die Konzentrationen beider Formen des Vitamins bestimmt.

Wie wirkt sich eine Vitamin D-Prophylaxe auf die Migräneerkrankung aus?

Nach der Behandlungsphase zeigte sich ein messbarer Effekt der Prophylaxe. Die Zahl der Kopfschmerztage lag vor der Behandlung bei 6,14 (Behandlungsgruppe) bzw. 5,72 (Placebogruppe). Nach 6 Monaten der Vitamin D-Behandlung sank dieser Wert in der Behandlungsgruppe auf 3,28. Die Placebogruppe erreichte dagegen im Mittel immer noch 4,93 Kopfschmerztage pro Monat. Die

Vitamin D-Zugabe konnte also etwa zu einer Halbierung der Kopfschmerztage beitragen. Auch die Zahl der Migräneattacken sank statistisch signifikant bei den Patienten der Behandlungsgruppe im Vergleich zum Placebo. Der Schweregrad der Migräne sowie die allgemeine Schmerzempfindlichkeit verbesserten sich dagegen nicht messbar mit der zusätzlichen Aufnahme an Vitamin D. Die Blutkonzentration an Vitamin D (der aufgenommenen Variante, 25-Hydroxyvitamin D) stieg messbar während der ersten 12 Wochen der Behandlung. Die vom Körper daraus hergestellte Form (1,25-Dihydroxyvitamin D₃) lag dagegen nicht in größeren Konzentrationen vor.

Weniger Kopfschmerztage und seltener Migräneattacken mit extra Vitamin D

Zusammenfassend fanden die Forscher demnach einen positiven Effekt von Vitamin D-Ergänzung bei Migränepatienten. Die zusätzliche Aufnahme des Vitamins führte im Vergleich zu Placebo zu weniger Migräneattacken und reduzierte auch die Zahl der Kopfschmerztage. Größere Studien müssen dieses Ergebnis nun überprüfen und klären, ob Vitamin D eine weitere Prophylaxeoption für Migränepatienten sein könnte.

Referenzen:

Gazerani P, Fuglsang R, Pedersen J, et al. A randomized, double-blinded, placebo-controlled, parallel trial of vitamin D 3 supplementation in adult patients with migraine. *Curr Med Res Opin.* September 2018:1-22.
doi:10.1080/03007995.2018.1519503.