

Vitamine gegen Endometriose

Datum: 25.08.2021

Original Titel:

The Effect of Combined Vitamin C and Vitamin E Supplementation on Oxidative Stress Markers in Women with Endometriosis: A Randomized, Triple-Blind Placebo-Controlled Clinical Trial

Kurz & fundiert

- 60 Patientinnen wurden in einer randomisierten, dreifach verblindeten, klinischen Placebo-Kontrollstudie auf zwei Gruppen aufgeteilt.
- Eine Gruppe erhielt über 8 Wochen eine Supplementation mit Vitamin C und E, die andere Gruppe Placebos.
- Starke Menstruationsschmerzen und Unregelmäßigkeiten in der Menstruation konnten signifikant reduziert werden.

MedWiss - Endometriose ist eine chronische, Östrogen-abhängige, entzündliche Krankheit, die den Bauchraum betrifft. Oxidativer Stress spielt dabei eine wichtige Rolle. Symptome wie Schmerzen bei der Menstruation sowie beim Geschlechtsverkehr und Schmerzen im Bauchraum treten häufig auf. In dieser Studie untersuchten die Autoren den Effekt antioxidativer Vitamine auf häufig auftretende Symptome von Endometriose.

Symptome wie starke Schmerzen im Bauchraum, beim Geschlechtsverkehr und während der Menstruation, verursacht unter anderem durch oxidativen Stress, belasten Endometriose-Patientinnen häufig. Eine Gruppe iranischer Autoren untersuchte nun, inwiefern sich die antioxidativen Vitamine C und E auf schmerzhaft Symptome der Endometriose auswirken.

60 Teilnehmerinnen mit bestätigter Endometriose wurden untersucht

Es wurden 60 Patientinnen im gebärfähigen Alter (15 - 45) mit Schmerzen im Bauchraum und bestätigter Endometriose untersucht. Die Teilnehmerinnen wurden zufällig auf zwei gleichgroße Gruppen aufgeteilt. Eine Gruppe erhielt 1000 mg Vitamin C und 800 Einheiten Vitamin E pro Tag, die andere Gruppe erhielt die gleiche Menge an Placebo-Tabletten. Die Studie dauerte 8 Wochen an.

Schmerzhafte Symptome konnten signifikant gelindert werden

Nach dem 8-wöchigen Studienzeitraum konnten die Autoren in der Gruppe, welche die Supplementation mit Vitamin C und E erhielt, eine starke Reduktion der Marker für oxidativen Stress im Blut im Vergleich zu der Placebo-Gruppe beobachten. Die gesamte antioxidative Kapazität änderte sich nicht, dennoch war eine Reduktion der Schmerz-Stärke bei Menstruation und Geschlechtsverkehr feststellbar.

Die Autoren sehen aufgrund der Ergebnisse der Studie einen Effekt von Supplementation mit Vitamin C und E auf schmerzhaftes Symptome der Endometriose. Eine tägliche Einnahme könnte demnach Menstruationsschmerzen und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr lindern.

Referenzen:

Amini L, Chekini R, Nateghi MR, Haghani H, Jamialahmadi T, Sathyapalan T, Sahebkar A. (2021) The Effect of Combined Vitamin C and Vitamin E Supplementation on Oxidative Stress Markers in Women with Endometriosis: A Randomized, Triple-Blind Placebo-Controlled Clinical Trial. *Pain Res Manag.* 5529741. doi: 10.1155/2021/5529741.