

FORSCHUNG

medizin

Stress



© wragg / iStock / Thinkstock

Zur Besserung von Müdigkeit und Erschöpfungszuständen steht ein evidenzbasierter Rhodiola-Extrakt jetzt auch als Arzneimittel zur Verfügung.

Phytotherapie – Gegen stressbedingte Beschwerden hilft die zu den Dickblattgewächsen gehörende Rosenwurz (*Rhodiola rosea*). Sie wächst in feuchten Felsspalten unter rauen klimatischen Bedingungen in den arktischen Regionen Europas und Asiens. Ihren Namen verdankt sie dem Wurzelstock, der frisch geschnitten intensiv nach Rosen duftet.

Die Heilkräfte der Pflanze sind bereits seit langem bekannt und Rosenwurz-Extrakte werden traditionell schon seit vielen Jahren eingesetzt. Sie sind vor allem in Schweden sehr populär, wo sie insbesondere in den stressreichen und anstrengenden Wintermonaten häufig verwendet werden. Inzwischen beruht das Wissen um ihre Wirksamkeit und Unbedenklichkeit nicht nur auf Erfahrungswerten, sondern wird auch durch mehrere aktuelle Studien untermauert. Der für die wissenschaftliche Bewertung von pflanzlichen Arzneimitteln zuständige Aus-

schuss der Europäischen Arzneimittelagentur (EMA) hat dies in seiner Monographie bestätigt. Deshalb wurde auch ein Präparat mit Rosenwurz-Extrakt, das bereits seit 2010 in Deutschland als Nahrungsergänzungsmittel erhältlich ist, jetzt als Arzneimittel zugelassen.

In zahlreichen in-vitro-Tests wurden die Wirkstoffe im Rosenwurz-Extrakt erkannt und Wirkmechanismen entschlüsselt. Als wirksamkeitsbestimmende Inhaltsstoffe gelten Rosavin sowie Rosin, Rosarin und Rosiridin (auch als Gesamtrosavine bezeichnet) und Salidroside. Es wurde demonstriert, dass ein Rosenwurz-Extrakt adaptogene Wirkungen besitzt, also in der Lage ist, die körpereigene Stressresistenz zu erhöhen, Müdigkeit und Erschöpfung zu verringern sowie die Erholungszeit nach starker körperlicher Beanspruchung zu verkürzen. Erreicht wird dies vor allem durch eine Regulation der Kortisolausschüttung. Gleichzeitig kommt es zu einer vermehrten Freisetzung von Serotonin, Dopamin und Noradrenalin im zentralen Nervensystem sowie zu einer Erhöhung der ATP-Produktion, sodass neue Energie zur Verfügung steht. Zudem konnte eine positive Wirkung auf das Stressprotein HSP70 und den JNK1-Pathway nachgewiesen werden.

In mehreren klinischen Studien konnten die adaptogenen Effekte bestätigt werden. Teilnehmer der Studien waren sowohl gesunde Personen in stressreichen Arbeitssituationen (Ärzte im Nachtdienst, Studenten im Prüfungsstress, Kadetten der Armee im 24-Stunden-Dienst) als auch Patienten mit leichten bis mittelschweren Depressionen und beginnendem Burnout-Syndrom. Die Ergebnisse waren durchgehend positiv: Müdigkeit und Schlafbedürfnis nahmen ab, Konzentrationsfähigkeit und Ausdauer wurden verbessert, die Reaktionszeit wurde verkürzt und die Belastbarkeit insgesamt erhöht. ■

QUELLE

Presseworkshop „Gelassen wie die Schweden... Rhodiola rosea – Naturkraft gegen stressinduzierte Symptome“. 21. Mai 2016, Stockholm. Veranstalter: Dr. Loges + Co. GmbH.

Neue Placebo-kontrollierte Studie zu Prospan® Hustenliquid bestätigt: schnelle Wirksamkeit bereits nach 48 h bei Erwachsenen

Efeu-Spezial-Extrakt EA 575® verringert nachweislich nach 48 h die Hustenschwere

Atemwegsinfekte gehören zu den häufigsten Gründen für einen Arztbesuch. Dabei sollte der Grundsatz gelten, bei der Therapie auf ein ausgewogenes Nutzen-Risiko-Verhältnis zu achten. Die Wirksamkeit und Verträglichkeit des Efeu-Spezial-Extraktes EA 575® (Prospan® Hustenliquid) bei akutem Husten wurde durch eine neue multizentrische, randomisierte, Placebo-kontrollierte, doppelblinde klinische Studie untermauert.

Klinisch getestet

181 Patienten im Alter von 18 bis 75 Jahren nahmen an der Studie teil, von denen die eine Hälfte entsprechend der Dosierungsempfehlung 3x5 ml täglich Prospan® Hustenliquid und die andere Hälfte Placebo erhielt. Die Studienteilnehmer wurden über einen Zeitraum von 7 Tagen entsprechend therapiert und weitere 7 Tage beobachtet.

Schwere des Hustens als primärer Endpunkt

Als primärer Endpunkt wurde die subjektiv vom Patienten empfundene Hustenschwere (Cough Severity=CS) über die Therapiedauer von 7 Tagen festgelegt und anhand der visuellen Analogskala (VAS) dokumentiert. Weitere Endpunkte waren die subjektiv empfundene Hustenschwere über den gesamten Beobachtungszeitraum von 14 Tagen (mittels VAS), ärztlich evaluierte Veränderungen im Bronchitis Severity Score (BSS), die subjektiv empfundene Hustenschwere über die Therapiedauer von 7 Tagen (mittels Verbal Category Descriptive Score, VCD-Score) und die Beurteilung der globalen Therapiewirksamkeit durch Arzt und Patient (mittels Global Efficacy Assessment, GEA).

Signifikante Reduktion der Hustenschwere & des BSS bereits nach 48 Stunden gegenüber Placebo

Im Hinblick auf den primären Endpunkt erwies sich EA 575® (Prospan®) über den gesamten Therapiezeitraum als signifikant besser wirksam als Placebo ($p < 0,0001$). Bereits nach 48 Stunden war eine Reduktion um 13 % und nach 7 Tagen um 69 % zu beobachten, dies zeigt eine schnell einsetzende Symptomverbesserung.

Auch die durch VCD vom Patienten erhobene Hustenschwere reduzierte sich unter EA 575® über die gesamte Therapiedauer im Vergleich zu Placebo signifikant, zum Therapieende um 60 % ($p < 0,0001$). In Bezug auf die Schwere der Krankheitssymptome (erfasst durch BSS) bewies EA 575® ebenfalls bereits nach 48 Stunden eine signifikant bessere Wirkung als Placebo (Reduktion um 20 % ($p < 0,0001$)).

Verbesserung des Hustenschweregrades

EA 575® vs. Placebo

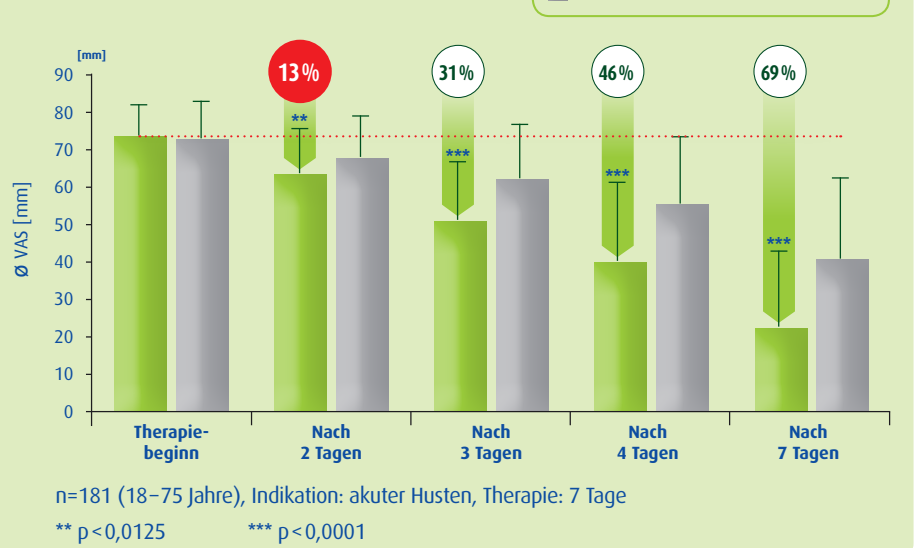


Abb. 1: Bereits nach 48 h Verbesserung des Hustenschweregrades (VAS) aus Patientensicht.

Die globale Therapiewirksamkeit (GEA) zeigte zu beiden Erhebungszeitpunkten eine statistisch signifikante Symptomverbesserung durch EA 575® (Prospan®) im Vergleich zu Placebo ($p = 0,0001$).

Sehr gute Verträglichkeit und hohe Compliance

EA 575® (Prospan® Hustenliquid) war außerdem sehr gut verträglich: Es ergaben sich keine therapiebezogenen, unerwünschten Ereignisse. Es kam zu keinen Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten und die Compliance war mit über 80 % verordnungsgerechter Therapieeinnahme hoch.

Verbesserung des BSS

EA 575® vs. Placebo

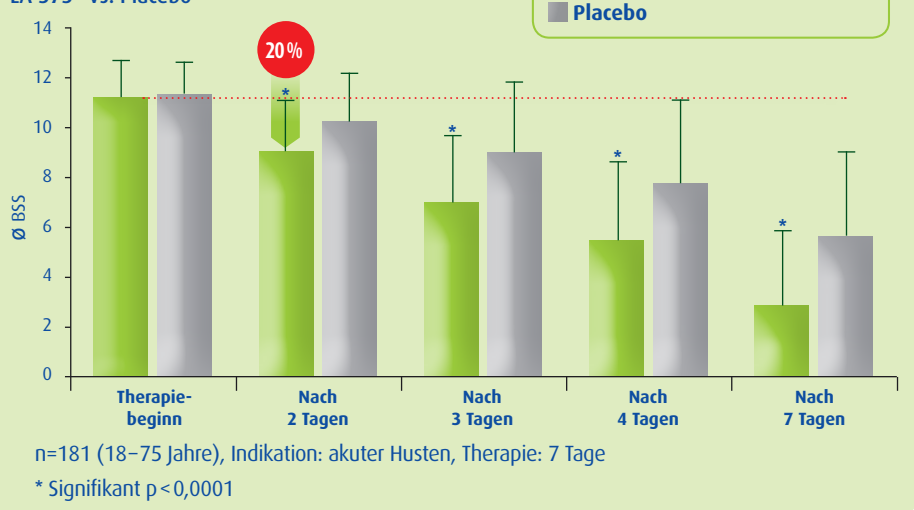


Abb. 2: Verbesserung des ärztlich evaluierten Bronchitis Severity Scores (BSS) bereits nach 48 h.

¹Schafer A. et al., Randomisierte doppelblinde klinische Prüfung zur Wirksamkeit und Verträglichkeit des Efeu-Spezial-Extraktes EA 575® bei der Behandlung von akutem Husten. Pharmazie 2016; 71(9): 504–509.

Prospan® Hustenliquid, Flüssigkeit. **Wirkstoff:** Efeublätter-Trockenextrakt. **Zusammensetzung:** 5 ml Flüssigkeit enthalten 35 mg Trockenextrakt aus Efeublättern (5–7,5:1). **Auszugsmittel:** Ethanol 30 % (m/m). **Sonstige Bestandteile:** Kaliumsorbat (Ph. Eur.) (Konservierungsmittel), wasserfreie Citronensäure (Ph. Eur.), Xanthan-Gummi, Sorbitol-Lösung 70 % (kristallisierend) (Ph. Eur.), Aromastoffe, Levomenthol, gereinigtes Wasser. 5 ml enthalten 1,926 g Sorbitol (Ph. Eur.) (Zuckeraustauschstoff) = 0,16 BE. **Anwendungsgebiete:** Zur Besserung der Beschwerden bei chronisch-entzündlichen Bronchialerkrankungen; akute Entzündungen der Atemwege mit der Begleitscheinung Husten. **Hinweis:** Bei länger anhaltenden Beschwerden oder bei Auftreten von Atemnot, Fieber wie auch bei eitrigem oder blutigem Auswurf, sollte umgehend der Arzt aufgesucht werden. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegenüber dem wirksamen Bestandteil oder einem der sonstigen Bestandteile. **Nebenwirkungen:** Allergische Reaktionen (Atemnot, Schwellungen, Hautrötungen, Juckreiz). **Häufigkeit nicht bekannt.** Bei empfindlichen Personen Magen-Darmbeschwerden (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall). **Häufigkeit nicht bekannt.** **Stand der Information:** August 2015. Engelhart Arzneimittel GmbH & Co. KG, Herzbergstr. 3, 61138 Niederdorfelden. www.prospan.de