

lipidsenkend behandelt. Der durchschnittliche LDL-Cholesterin-Wert lag zu Studienbeginn bei 135 mg/dl (3,5 mmol/l). Zum Einsatz kamen Statine und ggf. zusätzlich Ezetimib.

Die Patienten wurden in zwei Gruppen randomisiert: Eine mit einem niedrigen LDL-Cholesterin-Zielwert von < 70 mg/dl (1,8 mmol/l), die andere mit einem höheren Zielwert von < 100 mg/dl (2,6 mmol/l). In der ersten wurden im Schnitt 65 mg/dl erreicht, in der zweiten 96 mg/dl.

Nach 3,5 Jahren waren in der Gruppe der strenger eingestellten Patienten signifikant weniger schwere kardiovaskuläre Ereignisse oder kardiovaskulär bedingte Todesfälle eingetreten (Hazard Ratio 0,78; Number needed to treat: 42). Keine signifikanten Unterschiede gab es dagegen bei den untersuchten Nebenwirkungen Diabetes-Neuerkrankungen und intrakranielle Blutungen.

**Quelle:** Amarenco P, Kim JS, Labreuche J et al. A comparison of two LDL cholesterol targets after ischemic stroke. *N Engl J Med.* 2020;382:9–19

### MMW-Kommentar

Wichtig ist die Studie, weil sie zeigt, dass das Erreichen von bestimmten Zielwerten entscheidend ist. Sie stützt damit das von den kardiologischen Fachgesellschaften empfohlene Vorgehen, in Abhängigkeit vom Gesamtrisiko bestimmte Zielwerte festzulegen. Einschränkend muss erwähnt werden, dass in den neuen Leitlinien nochmals niedrigere Zielwerte definiert werden, die in der vorliegenden Studie nicht untersucht wurden. Menschen mit sehr hohem Risiko, zu welchen Patienten mit Schlaganfall zählen, sollten nun idealerweise einen LDL-Cholesterin-Wert von < 55 mg/dl (1,4 mmol/l) erreichen.

Die Studie bestätigt noch einmal eindrücklich, dass ein niedriger LDL-Cholesterinwert zu weniger kardiovaskulären Ereignissen führt und dass das Erreichen von bestimmten Zielwerten tatsächlich Vorteile für die Patienten bringt.

# Ingwer schützt nicht vor Migräne

*Schmerzmedizin* -- Autor: H.-C. Diener



**Auf molekularer Ebene kann Ingwer die Prostaglandinbiosynthese hemmen und hat theoretisch einen ähnlichen Wirkmechanismus wie nicht-steroidale Antirheumatika. Kann das Naturprodukt deshalb auch Migräneattacken verhindern?**

In eine doppelblinde, placebokontrollierte Studie wurden 107 Patienten mit episodischer Migräne eingeschlossen, die keine Migräneprophylaktika einnahmen. Nach einer vierwöchigen Baseline wurden sie randomisiert und erhielten über drei Monate entweder 3 × 200 mg/d Ingwerextrakt oder Placebo.

Am Ende lagen auswertbare Daten von 39 Patienten in der Ingwer- und 46 in der Placebogruppe vor. Das mittlere Alter betrug 32 Jahre, 85% waren Frauen. Die Migräne bestand bei den Probanden im Mittel seit zwölf Jahren, im Schnitt hatten sie fünf Migräneattacken pro Monat.

42% der Patienten in der Ingwergruppe erreichten eine Reduktion der Migräneattacken pro Monat um mindestens die Hälfte. In der Placebogruppe waren es allerdings auch 39%. Bei sekundären Endpunkten zur Einschränkung der Alltagsfähigkeit, die etwa mit dem HIT-6-Test oder dem MIDAS-Fragebogen erhoben wurde, ergaben sich ebenfalls keine signifi-

kanten Unterschiede. Bei den Nebenwirkungen trat lediglich Sodbrennen unter Ingwer häufiger auf. Die Adhärenz war gut.

**Quelle:** Martins LB, Rodrigues A, Monteze NM et al. Double-blind placebo-controlled randomized clinical trial of ginger (*Zingiber officinale* Rosc.) in the prophylactic treatment of migraine. *Cephalalgia.* 2020;40:88–95

### MMW-Kommentar

Viele Patienten brechen eine medikamentöse Migräneprophylaxe mit traditionellen Medikamenten wie Betablockern oder Antiepileptika ab, da sie diese nicht gut vertragen. Daher ist es sinnvoll, pflanzliche Präparate zu untersuchen. Die Studie ergibt allerdings leider keinerlei Evidenz für Ingwer.

Wirksam in der Prophylaxe der episodischen Migräne sind Mutterkraut [Diener HC et al. *Cephalalgia.* 2005;25:1031–41, Pfaffenrath V et al. *Cephalalgia.* 2002;22:523–32] und Petadolex [Diener HC et al. *Eur Neurol.* 2004;51:89–97], die aber in Deutschland nicht verfügbar sind. Die Kombination von Vitamin B<sub>2</sub>, Magnesium und Coenzym Q10 reduziert zumindest die Schwere der Attacken, wenn auch nicht die Häufigkeit [Gaul C et al. *J Headache Pain.* 2015;16:516].

**42% der Patienten ging es mit Ingwer deutlich besser – aber auch 39% der Teilnehmer unter Placebo.**