

In der Rubrik „Literatur kompakt“ werden die wichtigsten Originalarbeiten aus der internationalen Fachliteratur referiert.



© Mehmet Dilsiz / Fotolia.com

Alternative Behandlungsmöglichkeiten der Schuppenflechte

Zur Behandlung der Psoriasis vulgaris kursieren viele Geheimtipps, von Fischöl über farbige Pulver bis hin zur Meditation. Welche Methoden wirklich erfolgreich sind, haben jetzt US-Wissenschaftler untersucht, indem sie die Literatur von fast 60 Jahren sichteten.

Jeder zweite Psoriasispatient ist mit seiner medikamentösen Therapie unzufrieden. Kein Wunder also, dass viele Patienten versuchen, ihre entzündliche Hauterkrankung mit alternativen Methoden in den Griff zu bekommen oder diese ergänzend einzusetzen. Um mehr Transparenz in das weite Feld der komplementär- und alternativmedizinischen (CAM-)Therapien bei Psoriasis zu bringen, haben US-amerikanische Wissenschaftler die Literatur der Jahre 1950 bis 2017 gesichtet. Insgesamt wurden 60 Studien in die Analyse einbezogen.

— **Indigo naturalis:** In fünf Studien konnte durch ein topisch eingesetztes blaues Pulver namens Indigo naturalis eine signifikante Verbesserungen des Hautbildes gezeigt werden verglichen zu Placebo. Offenbar verringert der aktive Inhaltsstoff Indirubin die typische Hyperproliferation, indem er Einfluss auf den Zellzyklus und den epidermalen Wachstumsfaktor-Rezeptor (EGFR) nimmt. Laut Autoren rechtfertigt eine angemessene Evidenz einen Behandlungsversuch mit dem Wirkstoff.

— **Curcumin:** In fünf Studien konnte durch die Behandlung mit dem entzündungshemmenden Curcumin, eine signifikante Verbesserung der Psoriasis festgestellt werden. Die Inhaltsstoffe

von Kurkuma werden seit langem in der traditionellen chinesischen und ayurvedischen Medizin bei Psoriasis eingesetzt. Topisches und orales unmodifiziertes Curcumin könne aufgrund der Datenlage dennoch derzeit nicht empfohlen werden, so die Autoren. Vorläufige Daten hoher Qualität würden aber für orales Curcumin in einer phospholipidbasierten Zubereitung als Begleittherapie sprechen.

— **Akupunktur:** Signifikant positive Effekte gegenüber Placebo zeigten sich in einer Metaanalyse bei der Akupunktur. Um einen therapeutischen Effekt zu erzielen, war die Stimulation der Akupunkturpunkte über mindestens sechs Wochen erforderlich. Die Akupunktur scheint den Autoren zufolge bei der Behandlung von Psoriasispatienten zwar wirksam zu sein, wegen der Unterschiedlichkeit der Studien sei die optimale Technik allerdings noch nicht erkennbar.

— **Stressreduktion:** Dass Stress eine Psoriasis negativ beeinflussen kann, ist seit Langem bekannt. Durch Meditation und geführte Visualisierungstherapien ließen sich in drei Studien leichte Verbesserungen der Haut im Vergleich zu der Kontrollgruppe feststellen. Zwar sei die Zahl der Studien bislang gering, doch die

Ergebnisse ließen vermuten, dass es sich lohnen könnte, zusätzlich zur medikamentösen Psoriasistherapie Maßnahmen zur Stressreduktion in das Gesamtbehandlungskonzept zu integrieren, so die Studienautoren.

— **Ernährungsumstellung und Supplementation:** Dass sich eine hypokalorische Diät und das Erreichen des Normalgewichts positiv auf Psoriasis auswirkt, ist bereits belegt. Deshalb wird übergewichtigen Patienten dringend zur Gewichtsreduktion geraten. Die beliebteste Ernährungsumstellung von dermatologischen Patienten ist die Einnahme von Fischöl. In 20 Studien wurde dessen Wirksamkeit untersucht, wobei sich in den meisten kontrollierten Studien keine signifikante Verbesserung der Haut zeigte, während in den unkontrollierten ein Nutzen beobachtet werden konnte, wenn das Fischöl täglich eingenommen wurde. Da die Studienlage für Psoriasispatienten uneinheitlich ist, werden derzeit weder Fischöl noch Omega-3-Fettsäuren empfohlen.

Fazit: Alternative Therapien werden immer beliebter, weshalb der behandelnde Arzt auch über solche Methoden informiert sein sollte, um interessierte Patienten beraten zu können. In 60 analysierten Studien zeigte sich bei Plaque-Psoriasis die meiste Evidenz für Indigo naturalis, Curcumin, Ernährungsveränderungen, Fischöl, Meditation und Akupunktur.

Dr. Christine Starostzik

Gamret A C et al. Complementary and Alternative Medicine Therapies for Psoriasis. A Systematic Review. JAMA Dermatol. 2018; 154: 1330-7