„Kreatinkur“ gegen Depressionen

Die Aminosäure Kreatin verdankt ihre allgemeine Bekanntheit eigentlich ihrer muskelaufbauenden Wirkung und erfreut sich daher großen Beliebtheit bei Kraftsportlern. Kreatin spielt aber auch eine wichtige Rolle im Energiestoffwechsel von Nervenzellen. Dieser ist im Rahmen von Depressionen oft verändert. Die vorliegende Studie untersuchte die Wirkung von Kreatin als Augmentation bei medikamentöser antidepressiver Therapie.

— Wissenschaftler der Universität Utah und dreier südkoreanischer Universitäten rekrutierten 52 Frauen mit einer schweren depressiven Episode. In der achtwöchigen doppelt verblindeten Studie erhielten 25 Frauen randomisiert eine Therapie mit Escitalopram und 5 g Kreatin und 27 Frauen Escitalopram und Placebo. Hauptzielkriterium war das Ansprechen auf die Therapie,

welches als ein Rückgang des Punktwertes auf der Hamilton-Skala (HAMD) um 50% definiert wurde. Weitere Kriterien waren die Zeit bis zum Ansprechen auf die Therapie, eine Remission (HAMD < 7 Punkte) und die Häufigkeit von Nebenwirkungen.

Patienten mit Kreatinaugmentation sprachen in der Studie früher und stärker auf die antidepressive Therapie an, als die der Kontrollgruppe. In Woche 8 zeigte sich in der Kreatingruppe mit 52% eine doppelt so hohe Remissionsrate wie in der Placebogruppe (26%). Schwere Nebenwirkungen oder unterschiedliche Nebenwirkungsraten in den einzelnen Gruppen blieben aus. Die Autoren schließen daher auf eine gute Verträglichkeit der Kreatineinnahme.

■ Kommentar

Die orale Gabe von Aminosäuren und ihren Stoffwechselprodukten gegen Depressionen wie beispielsweise L-Tyrosin, L-Phenylalanin

oder das bekanntere S-Adenosylmethionin (SAM-e) zeigte bereits in verschiedenen Studien eine – allerdings umstrittene – Wirksamkeit. Der Ansatz der Autoren, eine Therapie über eine Veränderung der Bioenergetik zu erreichen, indem die Verfügbarkeit von ATP erhöht wird, ist spannend, da er nicht zwingend über eine Erhöhung der Neurotransmitterproduktion erfolgen muss. Dennoch stellt die Studie zunächst nur einen Anfang dar. Die Fallzahl ist sehr klein, die betroffenen Patienten ausschließlich weiblich und der Beobachtungszeitraum mit acht Wochen kurz. Zuverlässige und stabile Daten müssen erst durch weitere Studien erzielt werden, um die Wirksamkeit und Verträglichkeit der Kreatintherapie näher beurteilen zu können.

A. KLEIMANN ■

■ I. K. Lyoo et al.

A randomized, double-blind placebo-controlled trial of oral creatine monohydrate augmentation for enhanced response to a selective serotonin reuptake inhibitor in women with major depressive disorder. Am. J. Psychiatry 169 (2012) 937–945

Wieso Senioren Betrügern eher auf den Leim gehen

Warum fallen gerade ältere Menschen so leicht auf die Tricks von Betrügern herein? Forscher der University of California in Los Angeles haben eine Erklärung gefunden.

— Die Forscher zeigten 119 Personen im Alter zwischen 55 und 84 Jahren und 24 jungen Vergleichspersonen 30 Fotos mit frontal abgebildeten Gesichtern. Auf einer Skala mussten die Probanden die Gesichter als vertrauenswürdig, neutral oder nicht vertrauenswürdig einstufen.

Waren die auf den Fotos gezeigten Gesichter offensichtlich vertrauenswürdig bzw. neutral, wurden sie sowohl von den Senioren als auch von den jüngeren Probanden gleich eingestuft. Die Porträts der wenig vertrauenswürdigen Personen (auf den Fotos waren entsprechende mimische Signale zu erkennen) wurden von den Älteren zu gut bewer-

© Getty Images/Stockphoto

Ältere Menschen werden vom „Bauchgefühl“ im Stich gelassen.

tet, während die jüngeren Probanden sie richtig einordneten. Das deutet darauf

hin, dass ältere Erwachsene die feinen mimischen Signale, anhand derer wir Verstellung oder Unehrlichkeit erkennen, weniger gut wahrnehmen als jüngere.

■ Kommentar

Ältere Menschen erkennen am Gesicht schlechter als jüngere, ob ein Mensch vertrauenswürdig ist. Wie frühere Versuche mit bildgebenden Verfahren gezeigt haben, ist das „Bauchgefühl“, das uns etwa vor Betrügern warnt, in der Insula des Gehirns lokalisiert. Die Reaktionen in diesem Hirnareal werden im Alter schwächer.

K. MALBERG ■

■ E. Castle et al.

Neural and behavioral bases of age differences in perceptions of trust. Published online on Dec 3, 2012, in pnas 2012; doi:10.1073/pnas.1218518109