

Schlafstörungen

Lavendelöl wirkt anxiolytisch und nicht sedierend

— Eine pflanzliche Therapieoption bei innerer Unruhe mit Schlafstörungen ist ein spezielles Arzneilavendelöl. Dessen beruhigender Effekt hängt nicht mit einer Sedierung zusammen. Das hat eine aktuelle Studie bestätigt. Dazu wurden Daten von 212 Patienten ausgewertet, die über zehn Wochen 80 mg/d Lavendelöl (Silexan®, enthalten in Lasea®) oder Placebo einnahmen (J Psychiatric Res. 2019;115:69–74). Als Messskalen für die innere Unruhe und Schlafstörungen wurden die validierte Hamilton-Angst-Skala (HAMA) sowie der Schlafqualitäts-Fragebogen (PSQI) herangezogen. Mittels einer Regressionsanalyse wurde ermittelt, ob der schlaffördernde Effekt auf direkte pharmakologische Wirkungen zurückzuführen ist oder sekundär eintritt.

Die Ergebnisse: Im Vergleich zu Placebo reduzierte das Lavendelölpräparat die Gesamtscores des HAMA und des PSQI nach zehn Wochen signifikant. Klinisch bedeutsame Unterschiede in den beiden Gruppen zeigten sich bereits binnen zwei und sechs Wochen für HAMA und PSQI.

Zudem ergab die Analyse, dass die Schlafverbesserung zu 98,4% durch die Wirkung auf die Angstsymptome zurückzuführen sei und nur zu 1,6% auf eine direkte Wirkung. Die schlafverbessernde Wirkung sei also fast ausschließlich durch die anxiolytische Wirkung des Lavendelölpräparates bedingt und nicht durch Sedierung. Das Phytopharmakon wirkt somit gegen die Ursache der Schlafstörungen: Die ängstliche Un-



Wenn Angst zu Schlafstörungen führt, kann Lavendelöl gezielt helfen.

ruhe wird vermindert und in der Folge der Schlaf verbessert.

Dr. Michael Hubert

▪ Nach Informationen von Schwabe

Hohe Patientenzufriedenheit mit TheraKey®

Online-Portal mit großem Erfolg

— Mit dem Online-Programm TheraKey® zur Therapiebegleitung sind 94% der Patienten zufrieden. Das hat eine Umfrage unter den Nutzern ergeben, an der sich 588 Patienten beteiligt haben. Fast jeder (97%) würde es weiterempfehlen. 98% der Teilnehmer bewerteten die Inhalte des Therapiebegleitprogramms als interessant, 96% als verständlich, 97% als vertrauenswürdig und 95% als vollständig. Generell finden sich 94% der Teilnehmer gut im Online-Portal zu recht.

Interessant ist dabei: 84% der Teilnehmer waren älter als 50 Jahre und 21% sogar älter als 70 Jahre. Die Ergebnisse bestätigten, wie gut der Content von TheraKey® an die Bedürfnisse der Nutzer angepasst sei, teilte das Unternehmen Berlin-Chemie mit.

Das Online-Portal wird zurzeit weiter ausgebaut. Es enthält Informationen zu acht chronischen Erkrankungen: Hypertonie, COPD, Angina pectoris, Diabetes Typ 1, Diabetes Typ 2 ohne Injektion, Fettstoffwechselstörung, Gicht und Ejaculatio praecox. Informierte Patienten haben eine bessere Adhärenz. Dies untermauert eine weitere Studie. Die Ergebnisse zeigen, dass 98% der Patienten, die sich über das Portal zu ihrer Erkrankung informieren, ihre Medikamente regelmäßig einnehmen.

TheraKey® unterstützt Ärzte bei der individuellen Therapiebegleitung der Patienten. Weitere Infos unter: www.therakey.info.

Red.

▪ Nach Informationen von Berlin-Chemie

Umstellung auf Doravirin/3TC/TDF bei supprimierten HIV-1-Patienten problemlos möglich

Die Umstellung von einer Therapie bestehend aus zwei NRTI plus jeweils einem geboosterten Proteaseinhibitor, dem geboosterten Integraseinhibitor Elvitegravir oder einem anderen NNRTI auf die Fixdosiskombination aus dem NNRTI Doravirin und den beiden NRTI Lamivudin und Tenofovirdisoproxilfumarat (DOR/3TC/TDF, Delstrigo®) war im Allgemeinen gut verträglich. Es handelt sich um eine Therapieoption, mit der die virologische Suppression bei Patienten, bei denen ein Therapiewechsel erwogen wird, erhalten werden soll. Das ist das Ergebnis der Phase-III-Studie DRIVE-SHIFT, in der nach 48 Wochen 90,8% der supprimierten Patienten, deren stabile HIV-Therapie auf DOR/3TC/TDF umgestellt wurde, weiterhin eine nicht nachweisbare HIV-1-RNA-Viruslast von < 50 Kopien/ml aufwiesen.

Red.

▪ Nach Informationen von MSD