

Nahrungsergänzungsmittel zur Behandlung der Handarthrose

Liu X, Robbins S, Eyles J et al. Efficacy and safety of a supplement combination on hand pain among people with symptomatic hand osteoarthritis an internet-based, randomised clinical trial the RADIANT study. *Osteoarthritis and Cartilage* 2021; 29: 667–677

Die Behandlung der Handarthrose besteht derzeit aus medikamentösen und nicht-medikamentösen Ansätzen. Da diese häufig nur wenig wirksam sind bzw. nur kurzzeitig Linderung verschaffen, greifen einige Patienten auf alternative Heilmethoden und Präparate zurück. Doch während für einige dieser Behandlungsmethoden keine klinische Wirksamkeit nachgewiesen werden konnte, scheinen andere, wie z. B. Nahrungsergänzungsmittel, durchaus effektiv zu sein.

Darunter Extrakte aus Weihrauch (*Boswellia serrata*-Extrakt/BSE), Kiefern-/Pinienrinde (Pine Bark Extract/PBE) sowie Curcumin und Methylsulfonylmethan (MSM). An der University of Sidney haben Liu et al. untersucht, wie diese Nahrungsergänzungsmittel wirken, wenn man sie miteinander kombiniert. Zwischen 2019 und 2020 konnten sie 106 Patienten mit Handarthrose für ihre Studie rekrutieren. Der Großteil der Patienten (85 %) litt unter einer mäßig- bis schwergradigen Arthrose (Kellgren-Lawrence-Grad 3 und 4); bei 37 % der Probanden lag zudem eine erosive Arthrose vor. Die Studiengruppe bestand aus 52 Probanden; diese nahmen über zwölf Wochen jeden Tag eine Kombination aus 250 mg BSE, 100 mg PBE, 1.500 mg MSM und 168 mg Curcumin ein.

Signifikante Unterschiede zwischen den beiden Gruppen ließen sich nicht feststellen. Sowohl unter Behandlung mit den Nahrungsergänzungsmitteln als auch mit dem Placebo gingen die Schmerzen innerhalb der zwölf Wochen zurück (VAS-Ausgangswert vs. Endwert: 59,31–50,67 bzw. 60,24–45,61). Auch die Funktion der Hand-/Fingergelenke besserte sich in beiden Gruppen: der FIHOA-Wert (Functional Index for Hand Osteoarthritis) nahm um 1,08 bzw. 1,15 Punkte ab. Die Patienten durften Paraceta-

mol als Notfallmedikament zur Schmerzlinderung einsetzen; diese Möglichkeit nahmen 67,3 % der Studiengruppe und 70 % der Placebogruppe in Anspruch (im Mittel 9,3 g).

Im Verlauf der Studie berichteten die Patienten über insgesamt 141 unerwünschte Ereignisse. Die meisten waren leicht- bis mittelgradig; am häufigsten beklagten die Probanden gastrointestinale Beschwerden wie Diarrhoe und Übelkeit. Die schwergradigen unerwünschten Ereignisse wie z. B. ein Nierenabszess, Hungerketoazidose oder Cholezystitis standen wahrscheinlich nicht im Zusammenhang mit den eingenommenen Präparaten. Insgesamt neun Patienten brachen die Studie aufgrund unerwünschter Ereignisse ab.

FAZIT

Insgesamt stützen die Ergebnisse der vorliegenden Studie keine Empfehlung dieser Präparatekombination für Patienten mit fortgeschrittener Handarthrose. Obwohl sich BSE, PBE, MSM und Curcumin in anderen klinischen Studien als Einzelpräparate als effektiv erwiesen hatten, wirkten die daraus bestehenden Kombinationspräparate nicht besser als das Placebo. Als mögliche Gründe für diese Diskrepanz zwischen den verschiedenen Studien sehen die Autoren u. a. den hohen Anteil an Patienten mit mäßig- und schwergradiger Arthrose in der hier untersuchten Kohorte (die anderen Studien schlossen nur Patienten mit leichter bis mäßiggradiger Arthrose ein) und auch die relativ niedrige Dosierung von PBE und MSM.

Stephanie Gräwert, Leipzig