Mastodynie: Schwarzkümmelöl so gut wie Diclofenac

Zyklisch wiederkehrendes Brustspannen und Schmerzen betreffen bis zu 70 % der Frauen in der Zeit vor der Menstruation. In schweren Fällen sind die Frauen über mehrere Jahre regelmäßig für 1–2 Wochen pro Zyklus erheblich in ihrer Lebensqualität beeinträchtigt. Neben den seit Langem eingesetzten Arzneimitteln aus Mönchspfefferfrüchten scheint auch Schwarzkümmelöl (topisch) wirksam zu sein.

Bisher gibt es keine optimale Therapie, zumal auch die Ursache der schmerzenden Brüste nicht eindeutig geklärt ist. Vermutet wird jedoch ein Zusammenhang mit den wechselnden Hormonspiegeln während des Menstruationszyklus. Die meisten Frauen finden sich mit den zeitlich limitierten Spannungsgefühlen, Verhärtungen und Schmerzen ab, oft sind jedoch nichtmedikamentöse Abhilfen wie Kühlen oder topische Schmerzmittel auf der Basis von Diclofenac erforderlich. Phytotherapeutisch werden Arzneimittel aus den Früchten des Mönchpfeffers (*Vitex agnus-castus* L.) eingesetzt.

Dass es mit dem Schwarzkümmel (*Nigella sativa* L.) auch eine weitere gleichwertige pflanzliche Alternative zu den nichtsteroidalen Cremes und Gelen geben könnte, zeigte eine iranische Arbeitsgruppe. Sie wählten für ihre klinische Studie an 156 Frauen mit zyklischer Mastodynie eine Gelzubereitung aus, der entweder Diclofenac (1 % w/w), Samenöl aus *Nigella sativa* (30 % w/w) oder kein Wirkstoff (Placebo-Arm) zugesetzt war.

Traditionell bewährt

Die Wahl der Wissenschaftler fiel u. a. deshalb auf das Samenöl des Schwarzkümmels, weil die Samen außer als Gewürz auch in der traditionellen iranischen Medizin verwendet werden, z. B. als Analgetikum, Galaktogogum, Lebertonikum oder Diuretikum sowie für gynäkologische Beschwerden wie Dysmenorrhö, Amenorrhö und auch für die Behandlung der Mastodynie. Vielfältige pharmakologische Effekte sind für Extrakte aus *Nigella-sativa*-Samen beschrieben. So gibt es u. a. Nachweise zu analgetischen, antimikrobiellen, spasmolytischen, bronchodilatatorischen und antioxidativen Wirkungen. Die analgetischen Effekte des Samenöls werden Thymochinon, ungesättigten Fettsäuren und Carvacrol zugeschrieben. Dabei wirkt Thymochinon durch Aktivierung der μ- und κ-Opioid-Rezeptoren, während die ungesättigten Fettsäuren die Cyclooxygenase-2 hemmen.

Applikation von Schwarzkümmelöl, Diclofenac oder Placebo

Die 156 Teilnehmerinnen der Studie sollten auf 3 Gruppen verteilt zweimal am Tag jeweils eins der Gele (2 g) auf die schmerzenden Stellen der Brust auftragen. Die Anwendung erfolgte über 2 Menstruationszyklen. Dabei sollten die Probandinnen die Intensität der Mastodynie auf einer visuellen Analogskala angeben. Zusammen mit den Angaben der 3 vor Applikation der Gele erfolgten Zyklen ergaben sich so 5 subjektiv eingeschätzte Mastodyniewerte für jede Probandin. Die Ergebnisse nach 2 Anwendungszyklen zeigen eine deutliche Reduktion der Schmerzwerte in den beiden Verumgruppen im Vergleich zur Placebogruppe und im Vergleich zu den Ausgangswerten der 3 Zyklen vor Applikation der Gele ($p < 0{,}001$). Nach 2 Anwendungszyklen hatte der subjektiv empfundene Mastodynieschmerz gegenüber den Ausgangswerten um 82 % in der *Nigella*-Gruppe, um 83 % in der Diclofenac-Gruppe und um 18 % in der Placebogruppe nachgelassen. Untereinander zeigten die beiden aktiven Behandlungsgruppen keinen statistisch signifikanten Unterschied, ebenso wenig wie der Vergleich der Schmerzreduktion in beiden Gruppen zwischen dem ersten und dem zweiten Behandlungszyklus. Eine Schmerzreduktion um mehr als 50 % gegenüber Studienbeginn berichteten 98 % der Frauen in der *Nigella*-Gruppe, 95 % in der Diclofenac-Gruppe und 0 % der Frauen unter Placebo. Laut Auskunft der Probandinnen nahmen die Mastodyniesymptome innerhalb von 10–15 Minuten nach dem Auftragen der Verum-Gele ab. Keine der Teilnehmerinnen gab unerwünschte Wirkungen der topischen Behandlung an.

Fazit

Die erste klinische Studie zur topischen Behandlung der Mastodynie mit dem Samenöl aus *Nigella sativa* zeigte eine genauso gute Wirksamkeit in Bezug auf Schmerzreduktion wie eine Diclofenac-Anwendung und für beide Verum-Applikationen eine deutliche therapeutische Überlegenheit gegenüber Placebo.

Ulrike Andres, Ginsheim

Literatur

Huseini HF, Kianbakht S, Mirshamsi MH, Zarch AB. Effectiveness of topical *Nigella sativa* seed oil in the treatment of cyclic mastalgia: a randomized, triple-blind, active, and placebo-controlled clinical trial. Planta Med 2016; 82: 285–288

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.