

Studie: Crocin und Major Depression

Referenz Talaei A, Moghadam MH, Tabassi SA, Mohajeri SA.

Crocin, der wichtigste aktive Safranbestandteil, als Zusatzbehandlung bei schweren depressiven Störungen: Eine randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte klinische Pilotstudie. J Affect Disord. 2015;174:51-56. Design Randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte Pilotstudie Teilnehmer Die Teilnehmer waren 40 Patienten im Alter zwischen 24 und 50 Jahren (Mittelwert: 36,2 Jahre), bei denen eine schwere depressive Störung diagnostiziert wurde, in einer psychiatrischen Klinik in Mashhad, Iran. Es gab 34 weibliche und 6 männliche Teilnehmer. Zu den Ausschlusskriterien gehörte die Verwendung von Psychopharmaka in den vorangegangenen Monaten; aktuelle oder vergangene Stimmung, neurologische, kognitive oder psychotische Störung; eine Vorgeschichte von Drogenmissbrauch oder …



Referenz

Talaei A, Moghadam MH, Tabassi SA, Mohajeri SA. Crocin, der wichtigste aktive Safranbestandteil, als Zusatzbehandlung bei

schweren depressiven Störungen: Eine randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte klinische Pilotstudie. *J Affect Disord.* 2015;174:51-56.

Design

Randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte Pilotstudie

Teilnehmer

Die Teilnehmer waren 40 Patienten im Alter zwischen 24 und 50 Jahren (Mittelwert: 36,2 Jahre), bei denen eine schwere depressive Störung diagnostiziert wurde, in einer psychiatrischen Klinik in Mashhad, Iran. Es gab 34 weibliche und 6 männliche Teilnehmer. Zu den Ausschlusskriterien gehörte die Verwendung von Psychopharmaka in den vorangegangenen Monaten; aktuelle oder vergangene Stimmung, neurologische, kognitive oder psychotische Störung; eine Vorgeschichte von Drogenmissbrauch oder -abhängigkeit; oder ein Suizidrisiko besteht.

Studienintervention

Zwanzig Patienten wurde 4 Wochen lang zweimal täglich 1 selektiver Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRI) plus Crocin in 15-mg-Tabletten verabreicht. SSRIs waren Fluoxetin (Prozac, 20 mg pro Tag), Sertralin (Zoloft, 50 mg pro Tag) oder Citalopram (Celexa, 20 mg pro Tag). Patienten in der Placebo-Gruppe erhielten außerdem 4 Wochen lang zweimal täglich 1 SSRI plus 1 Placebo-Tablette. Die Crocin- und Placebo-Tabletten hatten die gleiche Form und Farbe. Die Teilnehmer erhielten während der gesamten Studie keine anderen Antidepressiva oder Verhaltenstherapien.

Primäre Ergebnismessungen

Alle Teilnehmer füllten das Beck Depression Inventory (BDI), den General Health Questionnaire (GHQ), das Beck Anxiety Inventory (BAI) und den Mood Disorder Questionnaire (MDQ) zu Studienbeginn und am Ende der 4-wöchigen Studie aus.

Wichtige Erkenntnisse

Die gleichzeitige Verabreichung von Crocin-Tabletten und SSRIs verbesserte die Werte in allen Studien im Vergleich zu den Studienergebnissen von Patienten, die SSRIs allein einnahmen. Die BDI-Werte sanken um 42,2 % in der SSRI-plus-Crocin-Gruppe und um 15,9 % in der SSRI-plus-Placebo-Gruppe. Die BAI-Werte sanken in der Interventionsgruppe um 33 % und in der Placebogruppe um 7,5 %. Die GHQ-Werte sanken um 21,5 % in der SSRI-plus-Crocin-Gruppe und um 12,3 % in der SSRI-plus-Placebo-Gruppe. Während der Studie wurden keine schwerwiegenden Nebenwirkungen gemeldet.

Implikationen üben

Depressionen gehören weltweit zu den Top 5 der am weitesten verbreiteten chronischen, schwächenden Krankheiten¹ und wird üblicherweise in der Hausarztpraxis behandelt. Patienten mit Depressionen leiden unter depressiver Stimmung, Anhedonie, Müdigkeit, sozialem Rückzug, Appetit- und Schlafstörungen und verminderter Libido.² Man nimmt an, dass Depressionen das Ergebnis biochemischer Ungleichgewichte im Gehirn sind und werden daher mit pharmakologischen Therapien behandelt, die Neurotransmitter erhöhen und regulieren (z. B. SSRIs, trizyklische Antidepressiva, Monoaminoxidase-Hemmer).³ Nicht alle Patienten sprechen positiv auf diese Medikamente an, und bei einigen Patienten kann es zu einer Vielzahl von Nebenwirkungen kommen, einschließlich, aber nicht beschränkt auf sexuelle Dysfunktion, Gewichtszunahme, Arrhythmien und Übelkeit. Zusätzlich zu den Nebenwirkungen verbessern Antidepressiva bei einigen Patienten die Stimmung überhaupt nicht, und diese Patienten können sich an naturheilkundliche

Ärzte wenden, die entweder Antidepressiva oder Naturheilmittel verschreiben können, um die Neurotransmitterspiegel zu normalisieren und die Stimmung zu verbessern.

Diese Studie zeigt, dass Crocin-Tabletten, die mit selektiven Serotonin-Wiederaufnahmehemmern (SSRI) verabreicht werden, im Vergleich zu SSRIs allein zu einer stärkeren Verbesserung der Symptome von Depressionen und Angstzuständen führen.

Eine solche natürliche Medizin ist Safran (bekannt unter seinem lateinischen Namen als *Crocus sativus*). Safran ist eine schöne und aromatische Pflanze in der *Schwertlilien* Familie und besteht aus Verbindungen wie Safranal, Picrocrocin und Crocin. Es wurde gezeigt, dass Safran und insbesondere sein Inhaltsstoff Crocin den Dopamin-, Noradrenalin- und Serotoninspiegel im Gehirn beeinflussen.^{4,5} Diese Studie zeigt, dass Crocin-Tabletten, die mit SSRIs verabreicht werden, zu einer stärkeren Verbesserung der Symptome von Depressionen und Angstzuständen im Vergleich zu SSRIs allein führen, und unterstützt die Verwendung der oralen Verabreichung von Crocin-Tabletten in Verbindung mit SSRIs zur Behandlung leichter bis mittelschwerer Depressionen sowie Angst. Basierend auf früheren Studien zu den antioxidativen Wirkungen von Crocin,⁶ Die Autoren der vorliegenden Studie schließen daraus, dass die Rolle von Crocin bei der Verbesserung von Depressions- und Angstsymptomen auf seiner Fähigkeit beruht, oxidativen Stress im Gehirn zu verbessern.

Während die Studie zeigte, dass Crocin eine vorteilhafte Zusatzbehandlung für Depressionen und Angstzustände sein kann, gab es einige Einschränkungen in der Studie, darunter eine kurze Testphase, eine kleine Stichprobengröße und die

Verwendung von Selbstauskünften. Weitere klinische Langzeitstudien zu den Wirkungen von Crocin auf Stimmungsstörungen und Forschungen zur Aufklärung seines Wirkungsmechanismus wären von Vorteil. Da mit seiner Anwendung keine Nebenwirkungen verbunden sind, können naturheilkundliche Ärzte, die Patienten mit Depressionen und Angstzuständen behandeln, die Verwendung von Crocin in Betracht ziehen, um die therapeutischen Wirkungen von Antidepressiva zu verstärken.

1. Bauer M, Dell'osso L, Kasper S, et al. Monotherapie mit Quetiapinfumarat (Quetiapin XR) mit verlängerter Freisetzung und Quetiapin XR oder Lithium als Add-on zu Antidepressiva bei Patienten mit behandlungsresistenter Major Depression. *J Affect Disord.* 2013;151(1):209-219.
2. Kircanski K, Joormann J, Gotlib IH. Kognitive Aspekte der Depression. *Wiley Interdiscip Rev. Cogn Sci.* 2012;3(3):301-313.
3. Hermann DM, Mies G, Hossmann KA. Biochemische Veränderungen und Genexpression nach traumatischer Hirnverletzung: Rolle bei der Ausbreitung von Depressionen. *Restor Neurol Neurosci.* 1999;14(2-3):103-108.
4. Hosseinzadeh H, Motamedshariaty V, Hadizadeh F. Antidepressive Wirkung von Kaempferol, einem Bestandteil von Safran (*Crocus sativus*) Blütenblatt, bei Mäusen und Ratten. *Pharmakologie online.* 2007;2:367-370.
5. Zhang Y, Shoyama Y, Sugiura M, Saito H. Auswirkungen von *Crocus sativus* L. zur ethanolinduzierten Beeinträchtigung passiver Vermeidungsleistungen bei Mäusen. *Biol PharmBull.* 1994;17(2):217-21.
6. Gautam M, Agrawal M, Gautam M, Sharma P, Gautam AS, Gautam S. Rolle von Antioxidantien bei generalisierter Angststörung und Depression. *indisch J*

Psychiatrie. 2012;54(3):244-247.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki