



## **Studie: Fischöl reduziert chronische Schmerzen in Fallstudien**

In der vorliegenden Studie geht es um die Auswirkungen von Omega-3-Fettsäuren auf neuropathische Schmerzen. Es handelt sich um unkontrollierte Fallstudien, an denen fünf Patienten mit chronischen Schmerzen aufgrund verschiedener Ursachen teilnahmen, darunter Verbrennungen, Stenose der Wirbelsäule, Karpaltunnelsyndrom, Fibromyalgie und Bandscheibenvorfall. Die Patienten erhielten unterschiedliche Dosierungen von EPA und DHA, abhängig von der Stärke ihrer Schmerzen. Die Ergebnisse zeigten in allen Fällen eine deutliche Schmerzreduktion. Die Autoren stellen jedoch fest, dass weitere Forschung und Beweise erforderlich sind, um die Wirksamkeit von Omega-3-Fettsäuren bei der Schmerzlinderung zu bestätigen. Referenz Ko GD, Nowacki NB, Arseneau L, et al. Omega-3-Fettsäuren gegen neuropathische Schmerzen. Clin &hellip;



In der vorliegenden Studie geht es um die Auswirkungen von Omega-3-Fettsäuren auf neuropathische Schmerzen. Es handelt sich um unkontrollierte Fallstudien, an denen fünf Patienten mit

chronischen Schmerzen aufgrund verschiedener Ursachen teilnahmen, darunter Verbrennungen, Stenose der Wirbelsäule, Karpaltunnelsyndrom, Fibromyalgie und Bandscheibenvorfall. Die Patienten erhielten unterschiedliche Dosierungen von EPA und DHA, abhängig von der Stärke ihrer Schmerzen. Die Ergebnisse zeigten in allen Fällen eine deutliche Schmerzreduktion. Die Autoren stellen jedoch fest, dass weitere Forschung und Beweise erforderlich sind, um die Wirksamkeit von Omega-3-Fettsäuren bei der Schmerzlinderung zu bestätigen.

## **Referenz**

Ko GD, Nowacki NB, Arseneau L, et al. Omega-3-Fettsäuren gegen neuropathische Schmerzen. *Clin J Schmerz* 2010;26:168-172.

## **Design**

Unkontrollierte Fallstudien

## **Teilnehmer**

5 Patienten mit chronischen Schmerzen aufgrund von Verbrennungen, Stenose der Wirbelsäule, Karpaltunnelsyndrom, Fibromyalgie oder Bandscheibenvorfall

## **Studieren Sie Medikamente und Dosierung**

Kombinationen von EPA und DHA mit einer Gesamtdosis von 2.400–7.200 mg/Tag, abhängig von der Schmerzstärke

## **Primäre Ergebnismaße**

McGill-Schmerzfragebogen, DN4-Skalen für neuropathische Schmerzen, der Pain Detect-Fragebogen, Griffstärke und Tender-Point-Algometrie

## Wichtigste Erkenntnisse

In allen Fällen wurde über eine deutliche Schmerzreduktion berichtet.

Fall 1 betraf einen Patienten mit einem Bandscheibenvorfall C6/C7, der die rechte Wurzel des C7-Nervs komprimierte, begleitet von einer Stenose der Wirbelsäule. Eine kombinierte EPA+DHA-Dosis von 4.800 mg/Tag über 8 Monate führte zu einer Steigerung der Griffkraft um 42 %, der Kraft der Trizepsstreckung um 92 % und einer völligen Schmerzbeseitigung. Die Besserung setzte nach 2,5 Wochen ein.

Fall 2 betraf einen Patienten mit Thoracic-outlet-Syndrom und Fibromyalgie. Eine kombinierte EPA+DHA-Dosis von 2.400 mg/Tag über 7 Monate führte zu einer 43-prozentigen Schmerzreduktion, gemessen anhand des McGill-Schmerzfragebogens, und zu einer 60-prozentigen Steigerung der Griffkraft auf der betroffenen Seite. Eine 13-monatige Nachuntersuchung des Pain Detect Questionnaire ergab eine 70-prozentige Reduzierung der Schmerzen gegenüber dem Ausgangswert und eine 80-prozentige Reduzierung der DN4-Schmerzwerte.

In Fall 3 handelte es sich um einen Patienten, der an einer unfallbedingten Bandscheibenvorwölbung C6/C7 litt. Röntgenaufnahmen ergaben zudem Hinweise auf eine mittelschwere bis schwere Stenose der Halswirbelsäule. Eine kombinierte EPA+DHA-Dosis von 4.800 mg/Tag, die später auf 7.200 mg/Tag erhöht wurde, über einen Zeitraum von insgesamt 17 Monaten führte zu einer 90-prozentigen Reduzierung des Pain Detect Questionnaire-Scores, einer 65-prozentigen Schmerzreduktion, gemessen mit dem McGill-Schmerzfragebogen, und einer 8-prozentigen Steigerung der Griffkraft auf der betroffenen Seite.

Fall 4 betraf einen Patienten mit Schmerzen aufgrund eines Karpaltunnelsyndroms. Eine kombinierte EPA+DHA-Dosis von

3.000 mg pro Tag über 8 Monate führte zu einer Reduzierung des globalen Symptomscores um 41 %. Der Patient verbesserte sich ausreichend und kehrte zu einem Vollzeitarbeitsplan zurück, ohne dass eine Operation erforderlich war.

Fall 5 betraf einen Patienten mit Verbrennungen 1. und 2. Grades auf 30 % der gesamten Körperoberfläche. Eine Kombination aus EPA+DHA (1.200 mg pro 23 kg Körpergewicht) führte zu einer Reduzierung der Schmerzwerte um 25-53 % und einer nicht näher bezeichneten Reduzierung der Morphindosis.

## **Auswirkungen auf die Praxis**

Dies ist der erste veröffentlichte Bericht, der die Auswirkungen von Omega-3-Fettsäuren auf neuropathische Schmerzen untersucht. Es wurden verschiedene mögliche Mechanismen vorgeschlagen, die erklären, wie EPA und DHA solche Schmerzen lindern könnten (z. B. die Blockierung spannungsgesteuerter Natriumkanäle), aber bis heute bleiben diese mechanistischen Erklärungen hypothetisch.

In dieser Kolumne vermeiden wir grundsätzlich die Berichterstattung über die Ergebnisse von Fallstudien. Eine geringe Anzahl von Probanden gepaart mit einem Mangel an Placebokontrolle oder Randomisierung oder Verblindung des Beobachters und einem Mangel an statistischer Analyse ergeben keine ausreichende wissenschaftliche Unterstützung.

Die Ergebnisse von Fallstudien können jedoch Anlass zu weiterer Forschung und, wie in diesem Fall, sogar zu unmittelbaren Experimenten seitens medizinischer Fachkräfte sein.

Die Ergebnisse von Fallstudien können jedoch Anlass zu weiterer Forschung und, wie in diesem Fall, sogar zu unmittelbaren

Experimenten seitens medizinischer Fachkräfte sein.

Die Behandlung von Patienten mit den in dieser Fallserie beschriebenen chronischen Schmerzen kann schwierig sein. Die hier berichteten deutlichen Reduzierungen chronischer Schmerzen übertreffen bei weitem das, was allein durch den Placebo-Effekt zu erwarten wäre, und legen nahe, dass einige Leser dieser Kolumne, wenn andere Therapien keine ausreichenden klinischen Ergebnisse liefern, therapeutische Versuche mit hochdosiertem EPA+DHA in Betracht ziehen könnten. Weitere Beweise sind erforderlich, bevor nachgewiesen werden kann, dass Omega-3-Fettsäuren in Fällen wie den hier beschriebenen Schmerzen lindern.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**