

Studie: Nigella sativa unterstützt die Heilung bei Hashimoto-Thyreoiditis

Bezug Farhangi MA, Dehghan P., Tajmiri S., Abbasi MM. Die Auswirkungen von Nigella sativa auf die Schilddrüsenfunktion, den vaskulären endothelialen Wachstumsfaktor im Serum (VEGF)-1, Nesfatin-1 und anthropometrische Merkmale bei Patienten mit Hashimoto-Thyreoiditis: eine randomisierte kontrollierte Studie. BMC Komplement Altern Med. 2016;16:471. Entwurf Doppelblinde, Placebo-kontrollierte Studie Teilnehmer Vierzig Teilnehmer im Alter von 22 bis 50 Jahren mit Hashimoto-Thyreoiditis; 85 % waren Frauen. Alle Patienten wurden 6 Wochen vor der Teilnahme bis zum Ende der Studie mit einer stabilen Levothyroxin-Dosis behandelt. Anfänglich wurden 47 Teilnehmer in die Studie eingeschlossen; 4 in der Kontrollgruppe weigerten sich jedoch, den Versuch fortzusetzen, und 3 in …



Bezug

Farhangi MA, Dehghan P., Tajmiri S., Abbasi MM. Die Auswirkungen von Nigella sativa auf die Schilddrüsenfunktion,

den vaskulären endothelialen Wachstumsfaktor im Serum (VEGF)-1, Nesfatin-1 und anthropometrische Merkmale bei Patienten mit Hashimoto-Thyreoiditis: eine randomisierte kontrollierte Studie. *BMC Komplement Altern Med.* 2016;16:471.

Entwurf

Doppelblinde, Placebo-kontrollierte Studie

Teilnehmer

Vierzig Teilnehmer im Alter von 22 bis 50 Jahren mit Hashimoto-Thyreoiditis; 85 % waren Frauen. Alle Patienten wurden 6 Wochen vor der Teilnahme bis zum Ende der Studie mit einer stabilen Levothyroxin-Dosis behandelt. Anfänglich wurden 47 Teilnehmer in die Studie eingeschlossen; 4 in der Kontrollgruppe weigerten sich jedoch, den Versuch fortzusetzen, und 3 in der *Nigella* Gruppe brach wegen Juckreiz und Übelkeit ab.

Teilnehmer wurden ausgeschlossen, wenn sie schwanger waren oder stillten; hatte andere Schilddrüsenanomalien oder eine Schilddrüsenoperation in der Vorgeschichte; oder 3 Monate vor oder während der Studie andere Nahrungsergänzungsmittel oder ein bestimmtes Diätprogramm eingenommen haben.

Studienparameter bewertet

Die Teilnehmer wurden in 2 Gruppen randomisiert; die Testgruppe erhielt 1 Gramm gekapselte Masse *Nigella sativa* Samen und die Placebo-Gruppe erhielten ähnliche Kapseln mit reiner Stärke. Kapseln (evtl *Nigella* oder Placebo) wurden 8 Wochen lang zweimal täglich eingenommen.

Primäre Ergebnismessungen

Anthropometrische Maße

Körpergewicht, Body-Mass-Index (BMI), Taillenumfang (WC),

Hüftumfang (HC) und Waist-to-Hip-Ratio (WHR). Die Ernährungsaufzeichnungen wurden zu Beginn und am Ende der Studie analysiert, um festzustellen, ob sich die Kalorien- und Nährstoffzufuhr ändern würde.

Biochemische Maßnahmen

Serumkonzentrationen von Schilddrüsen-stimulierendem Hormon (TSH), Triiodthyronin (T3), Thyroxin (T4), Antikörpern gegen die Schilddrüsenperoxidase (TPO), vaskulärer endothelialer Wachstumsfaktor (VEGF), Nesfatin-1.

Wichtige Erkenntnisse

Nach 8-wöchiger Behandlung Teilnehmer an der *Nigella* Gruppe sah eine signifikante Reduktion aller anthropometrischen Werte, während in der Placebo-Gruppe keine signifikante Veränderung zu sehen war. Die Kalorien- oder Nährstoffaufnahme zwischen Beginn und Ende der Studie änderte sich in keiner Gruppe signifikant.

Nach 8-wöchiger Behandlung sahen die Teilnehmer der Nigella-Gruppe eine signifikante Reduktion aller anthropometrischen Werte.

Die Teilnehmer der Nigella-Gruppe sahen auch eine Gesamtreduktion des Serum-TSH (von $6,42 \pm 3,86$ auf $4,13 \pm 2,35$, $P=0,03$) und Anti-TPO-Antikörper (von $294,55 \pm 210,05$ bis $147,99 \pm 158,33$, $P=0,019$) und einen Anstieg der T3-Spiegel. Die Konzentrationen von VEGF nahmen ebenfalls insgesamt ab und es wurde festgestellt, dass sie von Änderungen der WHR abhängig waren. In beiden Gruppen wurde keine signifikante Veränderung der Nesfatin-1-Spiegel festgestellt.

Implikationen üben

Als ganzheitlicher Anbieter sehe ich häufig Patienten in der Praxis, die nach Behandlungen suchen, um die Grundursache ihrer autoimmunen Schilddrüsenerkrankung zu beheben. Wie wir alle wissen, können auslösende Faktoren bei Autoimmunerkrankungen variabel und schwierig zu lokalisieren sein, und der Prozess ihrer Identifizierung und Korrektur wird sehr individuell sein. Zusätzlich zur Schilddrüsenhormon-Ersatztherapie ist die ganzheitliche Behandlung von autoimmunen Schilddrüsenproblemen oft multifaktoriell und kann Ernährungs- und Lebensstilfaktoren ansprechen und natürliche Therapien einsetzen, um die Schilddrüse zu unterstützen und den Entzündungsprozess zu verringern. Vor diesem Hintergrund stellt die vorliegende Studie eine Pflanzenmedizin vor, die helfen kann, den Entzündungsprozess zu verringern, während wir helfen, alle anderen Hindernisse für die Heilung zu beseitigen.

Nigella sativa ist eine einjährige Blume in der Familie der Hahnenfußgewächse mit einer Reihe gebräuchlicher Namen, darunter Schwarzkümmel, Zwiebelsamen und Schwarzkümmel. Es wird seit Tausenden von Jahren als kulinarisches Gewürz und Medizin in Asien und im Nahen Osten verwendet. Es wird in der Bibel erwähnt, und es gibt einen islamischen Glauben, dass es jede Krankheit außer dem Tod verhindern kann. In den letzten 2 Jahrzehnten wurden viele Studien durchgeführt, die gezeigt haben *Nigella sativa* kann eine Vielzahl von Krankheiten positiv beeinflussen, obwohl die aktuelle Studie die erste zu sein scheint, die untersucht wird *Nigellas* Auswirkungen auf die Hashimoto-Thyreoiditis.

Der primäre Wirkstoff isoliert aus *Nigella sativa* ist Thymochinon. Es hat sich gezeigt, dass Thymochinon in vielen Kontexten und Krankheitsbildern, einschließlich Krebs, Diabetes, Hyperlipidämie, Allergien und anderen Autoimmunerkrankungen, als starkes Antioxidans und entzündungshemmend wirkt.¹⁻⁹ In Rattenstudien zeigte

Thymochinon eine Schutzwirkung gegen induzierte oxidative Schäden.^{10,11} Angesichts dieser Wirkungen im Körper ist es sinnvoll, das therapeutische Potenzial dieser Pflanze bei Autoimmunerkrankungen der Schilddrüse in Betracht zu ziehen.

Die antioxidativen und entzündungshemmenden Wirkungen von *Nigella sativa* scheinen über einige vorgeschlagene Mechanismen zum positiven Ergebnis dieser Studie beigetragen zu haben. Einer davon ist eine erhöhte Lipolyse und eine verringerte Lipogenese infolge einer Abnahme des VEGF: Mehrere Studien haben gezeigt, dass Thymochinon die VEGF-Spiegel senkt.^{12,13} Erhöhtes VEGF wurde bei Menschen mit chronischer Thyreoiditis und Schilddrüsenkrebs gefunden, und erhöhte TSH-Spiegel erhöhen die Produktion von VEGF.^{14,15} Der vaskuläre endotheliale Wachstumsfaktor wird auch mit dem metabolischen Syndrom und Fettleibigkeit in Verbindung gebracht, da er das Gefäßsystem zum Fettgewebe erweitert. Die Autoren dieser Studie postulieren, dass durch die Verringerung von VEGF auch die Blutversorgung der Schilddrüse und des Fettgewebes abnimmt, was zu einer Verringerung der Entzündung in der Schilddrüse und einer Verringerung der Fettspeicher führt.

Es wurde auch gezeigt, dass Thymochinon die Häm-Oxygenase erhöht, was Entzündungen verringert, insbesondere im vaskulären Endothel.^{16,17} Eine erhöhte Hämoxygenase ist ein weiterer vorgeschlagener Mechanismus in dieser Studie für eine verringerte Entzündung in der Schilddrüse, was zu verringerten Anti-TPO-Antikörpern und erhöhten T3-Spiegeln führt.

Im Allgemeinen, *Nigella* hat eine geringe Toxizität und wurde als gut verträglich beschrieben. Es gibt jedoch Fallberichte, dass manche Menschen es nicht gut verdauen. Denken Sie auch daran, dass 3 Personen aus der Behandlungsgruppe (n = 23) ausschieden, weil sie einen Hautausschlag entwickelten; 13 % ist ein ziemlich großer Anteil der Testpersonen, die Anzeichen von Empfindlichkeit zeigen, und es gab andere Berichte über Überempfindlichkeitsreaktionen auf die topische Anwendung

Nigella sativa Anwendungen.^{18,19} Bei der Verwendung dieser Pflanze wäre es ratsam, den Patienten zu sagen, dass sie auf Anzeichen von Überempfindlichkeit achten sollen.

Klinisch, *Nigella sativa* könnte eine sinnvolle Ergänzung zur ganzheitlichen Behandlung der Hashimoto-Thyreoiditis sein. Es verringert Entzündungen, hilft TSH und Anti-TPO zu senken und erhöht T3. Es hilft auch, einen Teil der mit Hypothyreose verbundenen Gewichtszunahme umzukehren. Es kann als ein starkes Element eines ganzheitlichen Ansatzes zur Wiederherstellung eines optimalen Gesundheitszustands des endokrinen Systems und des Immunsystems verwendet werden.

1. Khader M, Eckl PM. Thymochinon: ein aufstrebendes natürliches Medikament mit einem breiten Spektrum an medizinischen Anwendungen. *Iran J Basic Med Sci.* 2014;17(12):950-957.
2. Majdalawieh AF, Fayyad MW. Immunmodulatorische und entzündungshemmende Wirkung von *Nigella sativa* und Thymochinon: Eine umfassende Übersicht. *Int. Immunopharmacol.* 2015;28(1):295-304.
3. Darakhshan S., Bidmeshki Pour A., Hosseinzadeh Colagar A. et al. Thymochinon und seine therapeutischen Möglichkeiten. *Pharmakol. Res.* 2015;95-96:138-158.
4. Gholamnezhad Z, Havakhah S, Boskabady MH. Präklinische und klinische Wirkungen von *Nigella sativa* und seinem Bestandteil Thymochinon: eine Übersicht. *J Ethnopharmacol.* 2016;190:372-386.
5. Sabzghabae AM, Dianatkhah M, Sarrafzadegan N, et al. Klinische Bewertung von *Nigella sativa*-Samen zur Behandlung von Hyperlipidämie: eine randomisierte, Placebo-kontrollierte klinische Studie. *Med Arh.* 2012;66(3):198-200.
6. Gheita TA, Kenawy SA. Wirksamkeit von *Nigella sativa*-Öl

bei der Behandlung von Patienten mit rheumatoider Arthritis: eine Placebo-kontrollierte Studie.

Phytother-Res. 2012;26(8):1246-1248.

7. Işık H, Cevikbaş A, Gürer US, et al. Mögliche adjuvante Wirkungen von *Nigella sativa*-Samen zur Verbesserung der spezifischen Immuntherapie bei Patienten mit allergischer Rhinitis. *Med Princ Pract.* 2010;19(3):206-211.
8. Ahmed A., Husain A., Mujeeb M. et al. Eine Übersicht über das therapeutische Potenzial von *Nigella sativa*: ein Wunderkraut. *Asian Pac J Trop Biomed.* 2013;3(5):337-352.
9. Salem, ML. Übersicht: Immunmodulatorische und therapeutische Eigenschaften des *Nigella sativa* L.-Samens. *Int. Immunopharmacol.* 2005; 5(13-14):1749-1770.
10. Kanter, M., Coskun, O., Korkmaz, A., et al. Auswirkungen von *Nigella sativa* auf oxidativen Stress und Beta-Zell-Schäden bei Streptozotocin-induzierten diabetischen Ratten. *Anat Rec A Discov Mol Cell Evol Biol.* 2004; 279(1):685-691.
11. Kanter, M., Demir, H., Karakaya, C., et al. Gastroprotektive Aktivität von *Nigella sativa* L-Öl und seinem Bestandteil Thymochinon gegen akute alkoholinduzierte Schädigung der Magenschleimhaut bei Ratten. *Welt J Gastroenterol.* 2005;11(42):6662-6666.
12. Zhang L, Bai Y, Yang Y. Thymochinon chemosensibilisiert Dickdarmkrebszellen durch Hemmung von NF-κB. *Oncol Lett.* 2016;12(4):2840-2845.
13. Al-Trad B, Al-Batayneh K, El-Mwally S, et al. *Nigella sativa*-Öl und Thymochinon verbessern die Albuminurie und die Akkumulation der extrazellulären Matrix in den experimentellen diabetischen Ratten. *Eur. Rev. Med. Pharmacol. Sci.* 2016;20(12):2680-2688.
14. Klein M, Picard E, Vignaud JM, et al. Gen und Protein des vaskulären endothelialen Wachstumsfaktors: starke Expression bei Thyreoiditis und Schilddrüsenkarzinom. *J Endocrinol.* 1999;161(1):41-49.

15. Soh EY, Sobhi SA, Wong MG, et al. Schilddrüsen-stimulierendes Hormon fördert die Sekretion des vaskulären endothelialen Wachstumsfaktors in Schilddrüsenkrebs-Zelllinien. *Chirurgie*. 1996;120(6):944-947.
16. Calay D, Mason JC. Die multifunktionale Rolle und das therapeutische Potenzial von HO-1 im vaskulären Endothel. *Antioxid-Redox-Signal*. 2014;20(11):1789-1809.
17. Kundu J, Kim DH, Kundu JK, et al. Thymochinon induziert Hämoxygenase-1-Expression in HaCaT-Zellen über Nrf2/ARE-Aktivierung: Akt und AMPK α als vorgeschaltete Ziele. *Food Chem Toxicol*. 2014;65:18-26.
18. Gelot P, Bara-Passot C, Gimenez-Arnau E, et al. Bullöser Droгенаusschlag mit Nigella sativa-Öl. *Ann Dermatol Venereol*. 2012;139(4):287-291.
19. Zaoui A., Cherrah Y., Mahassini N., et al. Akute und chronische Toxizität von Nigella sativa-fettem Öl. *Phytomedizin*. 2002;9(1):69-74.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki