



## Natürliche Schmerzlinderung: Experten befürworten pflanzliche Heilmittel

Entdecke natürliche Schmerzmittel! Experten diskutieren über Kräutertherapien mit vielversprechenden Ergebnissen. #Naturheilkunde #Schmerzmanagement



In einer kürzlich durchgeführten wissenschaftlichen Untersuchung, veröffentlicht im Jahr 2024, wurde die regionale Akzeptanz und Anwendung von naturheilkundlichen Mitteln zur Schmerzbehandlung untersucht. Im Fokus stand dabei der Umgang mit akuten und chronischen Schmerzen, die oft mit herkömmlichen pharmakologischen Ansätzen wie nicht-steroidalen Entzündungshemmern (NSAIDs) und Opioiden behandelt werden. Diese üblichen Behandlungen können jedoch aufgrund von Nebenwirkungen, wie Magen-Darm-Beschwerden, kardiovaskulären Problemen und Niereneffekten, bei Patienten mit Begleiterkrankungen eingeschränkt sein, ganz zu schweigen von den Kontroversen im Zusammenhang mit unsachgemäßem Gebrauch.

Die Diskussionen, die von multidisziplinären Experten geführt wurden, beleuchteten Erfahrungen und klinische Belege für naturheilkundliche Behandlungen, insbesondere für Arten von Schmerzen wie Gelenk- und Muskelschmerzen, Migräne, durch Schmerzen verursachte Schlaflosigkeit und allgemeine Schmerzzustände. Es wurde festgestellt, dass Curcumin und Fischöl von Experten als potenziell wirksam für die Behandlung von Schmerzen bei Osteoarthritis angesehen werden, obwohl diese nicht in den gängigen Behandlungsrichtlinien für Osteoarthritis empfohlen werden. Bei der Migränebehandlung bevorzugten Experten Coenzym Q10 und Magnesium.

Diese Forschung unterstreicht die Notwendigkeit weiterer qualitativ hochwertiger klinischer Studien, um naturheilkundliche Mittel zu unterstützen, die möglicherweise in den neuesten Behandlungsleitlinien nicht berücksichtigt werden. Darüber hinaus wurden verpasste Chancen für Ärzte und Apotheker hervorgehoben, wirksame naturheilkundliche Behandlungen zu empfehlen.

Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass in Zukunft möglicherweise mehr Aufmerksamkeit auf die Integration von naturheilkundlichen Therapien in die Schmerzbehandlung gerichtet werden könnte. Dies wäre besonders relevant für Patienten, die herkömmliche Medikamente aufgrund von Nebenwirkungen oder anderen Bedenken nicht verwenden können oder möchten.

## **Grundbegriffe und Konzepte:**

- **NSAIDs:** Nicht-steroidale Entzündungshemmer, eine Klasse von Medikamenten, die zur Linderung von Schmerzen, Entzündungen und Fieber eingesetzt werden, aber Nebenwirkungen haben können.
- **Opioiden:** Eine Klasse von starken Schmerzmitteln, die sowohl in der Medizin als auch als illegale Drogen verwendet werden können und ein hohes Abhängigkeitsrisiko haben.

- **Curcumin:** Ein Wirkstoff, der aus Kurkuma gewonnen wird und entzündungshemmende Eigenschaften hat.
- **Fischöl:** Ein Öl, das aus Fisch gewonnen wird und reich an Omega-3-Fettsäuren ist, welches entzündungshemmende Vorteile haben kann.
- **Coenzym Q10:** Eine Substanz, die natürlich im Körper vorkommt und eine Rolle bei der Energieproduktion in Zellen spielt. Es wird manchmal zur Behandlung von Migräne eingesetzt.
- **Magnesium:** Ein Mineral, das für viele Körperfunktionen wichtig ist und auch in der Behandlung von Migräne Anwendung findet.

## **Regionale Akzeptanz und Nutzung naturopathischer Heilmittel in der Schmerzbehandlung**

**Hintergrund:** In der modernen Schmerztherapie werden pharmakologische Ansätze, einschließlich nichtsteroidaler Antirheumatika (NSAIDs) und Opioiden, trotz ihrer bekannten negativen Nebenwirkungen, wie gastrointestinale, kardiovaskuläre und renale Effekte, die ihre Anwendung bei Patienten mit Komorbiditäten einschränken können, häufig eingesetzt. Die mit diesen Behandlungsmethoden verbundenen Kontroversen und das Risiko des unangemessenen Gebrauchs unterstreichen die Notwendigkeit alternativer und integrativer Behandlungen mit minimalen Nebenwirkungen, wie sie naturopathische Heilmittel bieten könnten.

**Zielsetzung:** Ziel der Studie war es, die regionale Varianz in der Akzeptanz und Nutzung naturopathischer Heilmittel in der Schmerzbehandlung zu erforschen.

**Methoden:** GlaxoSmithKline Consumer Healthcare (jetzt Haleon Pte. Ltd.) veranstaltete zwei Expertenpanels im Jahr 2020 und 2021, die jeweils 9 bzw. 12 Stunden dauerten. Teilgenommen haben multidisziplinäre Experten aus den Bereichen

Naturheilkunde, Ayurveda, Kommunalpharmazie, Physiotherapie, klinische Pharmazie, westliche Medizin, Akademie und naturopathische Schmerzlinderung. Dabei wurden Erfahrungen mit naturopathischen Behandlungen sowie relevante klinische Evidenz zu verschiedenen Schmerzarten (einschließlich Gelenk- und Muskelschmerzen, Migräne, Schlaflosigkeit aufgrund von Schmerzen und allgemeinen Schmerzen) geteilt und Barrieren bei der Unterstützung von Patienten diskutiert.

**Ergebnisse:** Die Experten stimmten über das Potenzial von Curcumin (2020, 71,4% [5/7]; 2021, 91,7% [11/12]) und Fischöl (2020, 100% [7/7]) in der Behandlung von osteoarthritischen Gelenkschmerzen überein, obwohl diese in den aktuellen Behandlungsrichtlinien für Osteoarthritis nicht einheitlich empfohlen werden. Bei der Behandlung von Migräne wurden Coenzym Q10 und Magnesium von den Experten bevorzugt (2021, 90,9% [10/11] und 63,6% [7/11] respektive).

**Schlussfolgerung:** Es wurde auf die Notwendigkeit hingewiesen, mehr und qualitativ hochwertigere klinische Studien zur Unterstützung naturopathischer Heilmittel zu fördern, die möglicherweise nicht in den neuesten Behandlungsrichtlinien reflektiert sind. Das Expertenpanel betonte auch verpasste Gelegenheiten für Ärzte und Apotheker, naturopathische Behandlungen effektiv zu empfehlen.

Die Studie legt nahe, dass trotz der Herausforderungen, denen sich naturopathische Heilmittel in Bezug auf ihre Anerkennung innerhalb der etablierten medizinischen Richtlinien gegenübersehen, ein erhebliches Potenzial für ihre Integration in die Schmerztherapie besteht, insbesondere in Fällen, in denen traditionelle pharmakologische Therapien aufgrund von Nebenwirkungen oder Kontraindikationen begrenzt sind.

Quelle: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38347854>

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