



Studie: Fischöl verhindert Psychosen

Referenz Amminger GP, Schäfer MR, Schlögelhofer M, Klier CM, McGorry PD. Längerfristiger Outcome bei der Prävention psychotischer Störungen durch die Wiener Omega-3-Studie. Nat Commun. 2015;6:7934. Design Langzeit-Follow-up einer randomisierten, doppelblinden, placebokontrollierten Studie Teilnehmer 81
behandlungssuchende Personen wurden in die Studie aufgenommen; 41 wurden der experimentellen PUFA-Gruppe und 40 einer Placebo-Gruppe zugeteilt. Zu Beginn der ersten Studie waren die Teilnehmer 13 bis 25 Jahre alt (Durchschnittsalter 16,4) und erfüllten die Kriterien für eine oder mehrere der 3 Gruppen von Risikofaktoren für Psychosen: „abgeschwächte positive psychotische Symptome; vorübergehende Psychose; und/oder genetisches Risiko plus Funktionsminderung.“ Beide Behandlungsgruppen waren in Bezug auf Alter, Geschlecht, …



Referenz

Amminger GP, Schäfer MR, Schlögelhofer M, Klier CM, McGorry PD. Längerfristiger Outcome bei der Prävention psychotischer

Störungen durch die Wiener Omega-3-Studie. *Nat Commun.* 2015;6:7934.

Design

Langzeit-Follow-up einer randomisierten, doppelblinden, placebokontrollierten Studie

Teilnehmer

81 behandlungssuchende Personen wurden in die Studie aufgenommen; 41 wurden der experimentellen PUFA-Gruppe und 40 einer Placebo-Gruppe zugeteilt. Zu Beginn der ersten Studie waren die Teilnehmer 13 bis 25 Jahre alt (Durchschnittsalter 16,4) und erfüllten die Kriterien für eine oder mehrere der 3 Gruppen von Risikofaktoren für Psychosen: „abgeschwächte positive psychotische Symptome; vorübergehende Psychose; und/oder genetisches Risiko plus Funktionsminderung.“ Beide Behandlungsgruppen waren in Bezug auf Alter, Geschlecht, Body-Mass-Index (BMI), Aufnahmekriterien für die Studie, Konsum illegaler Drogen, psychiatrische Symptome und Funktionsfähigkeit sowie Erythrozytenfettsäurespiegel vergleichbar. Die Patienten wurden verblindet, randomisiert und nach 4, 8 und 12 Wochen beurteilt und dann nach der 12-wöchigen Behandlung 6 Monate, 12 Monate und 7 Jahre nach Studienbeginn nachuntersucht.

Medikation und Dosierung studieren

Fischölkapseln mit 700 mg Eicosapentaensäure (EPA) und 480 mg Docosahexaensäure (DHA) pro Tag für 12 Wochen im Vergleich zu Placebo.

Zielparameter

Primärer Endpunkt war die Konversion zu einer psychotischen

Störung. Sekundäre Endpunkte waren Maße der psychosozialen Funktionsfähigkeit.

Die Positive and Negative Syndroms Scale (PANNS) und die Montgomery-Asberg Depression Rating Scale wurden verwendet, um psychiatrische Symptome zu untersuchen. Der Global Assessment of Functioning (GAF) Score wurde als Maß für die Funktionsfähigkeit verwendet, und der DSM-IV-TR Axis I Disorders (SCID-I/P) wurde verwendet, um psychiatrische Diagnosen zu stellen. Der primäre Endpunkt der Studie war die Umwandlung in eine psychiatrische Störung mit anhaltenden Symptomen für mindestens eine Woche. Die Ausstiegsriterien markierten die Schwelle, ab der eine Behandlung mit antipsychotischen Medikamenten begonnen wurde.

Wichtige Erkenntnisse

Diese Daten wurden zuvor veröffentlicht. Diese Veröffentlichung zeigte, dass während der ersten 12-monatigen Nachbeobachtung das Risiko des Fortschreitens einer psychotischen Störung bei Studienteilnehmern, die Fischöl erhielten, verringert wurde. Dieser aktuelle Bericht kommt auf einen Median von 6,7 Jahren nach der Erstintervention.

Einundsiebzig (87,7 %) Personen wurden bei der 7-Jahres-Marke nach Baseline erfolgreich nachbeobachtet. Die kumulative Umwandlungsrate in Psychose bei der längerfristigen Nachbeobachtung betrug 9,8 % (4/41 in der Omega-3-Gruppe) und 40 % (16/40 in der Placebo-Gruppe). Der Unterschied zwischen den Gruppen im kumulativen Risiko der Progression betrug 30,2 % (95 % Konfidenzintervall).

Die psychosoziale Funktion wurde als sekundärer Endpunkt gemessen, unabhängig von der Konversion in eine Psychose. Bei 69 Personen (85,2 %, 69/81) konnte bei Studienende ein GAF-Score als Funktionsmaß ermittelt werden. Die Omega-3-Gruppe hatte im Vergleich zur Placebo-Gruppe eine signifikant bessere Funktion, gemessen an den Langzeit-Nachsorgeuntersuchungen.

Implikationen üben

Das Verständnis der Komplexität von Diagnose, Behandlung und Prävention psychotischer Störungen stellt Mediziner weiterhin vor Herausforderungen. Sowohl bei Risikopopulationen als auch bei Patienten mit einer neuen Diagnose wurde eine frühzeitige Intervention mit besseren Ergebnissen in Verbindung gebracht. Frühere Studien zu neuroanatomischen Veränderungen, die bei gefährdeten Personen beobachtet wurden, die zu psychotischen Zuständen fortschreiten, zeigen einen aktiven biologischen Prozess, der die Möglichkeit zum Verständnis der kritischen Rolle von Interventionstherapien, insbesondere der Rolle der Ernährung, bei der Verhinderung psychotischer Symptome erhöht.

Mehr als 40 % aller Menschen mit der Diagnose Schizophrenie landen in betreuten Gruppenunterkünften, Pflegeheimen oder Krankenhäusern.

Trotz der Tatsache, dass Schizophrenie nur etwa 1 % der US-Bevölkerung betrifft – ungefähr dreimal so viele Menschen, die an der Parkinson-Krankheit leiden – ist die wirtschaftliche Belastung durch diese Krankheit beträchtlich: geschätzte 60 Milliarden Dollar pro Jahr.¹ Dies liegt zum großen Teil daran, dass es sich um eine Erkrankung handelt, die sich typischerweise in der Adoleszenz oder im frühen Erwachsenenalter manifestiert. Mehr als 40 % aller Menschen

mit der Diagnose Schizophrenie landen in betreuten Gruppenunterkünften, Pflegeheimen oder Krankenhäusern. Weitere 6 % landen im Gefängnis und ein gleicher Anteil landet auf der Straße.

Schizophrenie ist durch Halluzinationen, Wahnvorstellungen und kognitive Probleme gekennzeichnet. Während die Mehrheit der betroffenen Personen einen langsamen oder allmählichen Beginn klinisch signifikanter Symptome erfährt, kommt es bei einigen zu einem abrupten Beginn. Abgesehen davon, dass ihre psychische Gesundheit beeinträchtigt wird, sterben Menschen mit Schizophrenie oft mehr als ein Jahrzehnt früher als die allgemeine Bevölkerung an Komplikationen, die zum großen Teil auf kardiometabolische Erkrankungen zurückzuführen sind.²

Da die Verwendung von Antipsychotika zur Vorbeugung psychotischer Störungen bestenfalls umstritten ist, suchen und erforschen Kliniker weiterhin neue Therapeutika. Obwohl frühe Behandlungsstrategien mit besseren Ergebnissen verbunden sind, konzentrieren sich aktuelle Behandlungen auf die Kontrolle der Symptome mit Arzneimitteln, anstatt ihre Entwicklung zu verhindern. Eine kürzlich durchgeführte Metaanalyse von 2.502 Risikopersonen ergab, dass die kumulative Rate des Übergangs zur Psychose im Laufe der Zeit zunahm, wobei 18 %, 22 %, 29 % und 36 % eine psychotische Störung nach 6 Monaten, 1, 2 und 2 entwickelten 3 Jahre, was eine frühzeitige Intervention von entscheidender Bedeutung macht.³

In den letzten zwei Jahrzehnten haben Kliniker und Forscher unermüdlich daran gearbeitet, Menschen mit prodromalen Symptomen einer Psychose zu identifizieren. Dieses klinische Syndrom wurde als „psychischer Risikozustand“ bezeichnet, und

es wurden Kriterien für „ultrahohes Risiko“ entwickelt, um dabei zu helfen, junge Menschen zu identifizieren, bei denen ein hohes Risiko besteht, eine Psychose zu entwickeln. Aktuelle Forschungsstrategien konzentrieren sich auf Risikopersonen, die häufig nach den ersten 24 Monaten der Erstvorstellung eine Psychose entwickeln, wenn das Risiko des Übergangs in einen psychotischen Zustand am größten ist. In diesem Zeitfenster kann die Ernährungsintervention der Schlüssel zur Prävention sein.

Dies ist nicht das erste Mal, dass wir Daten aus dieser Kohorte sehen. Der erste Bericht über diese Studie mit Omega-3-Fettsäuren im Vergleich zu Placebo in einer 12-wöchigen Interventionsstudie⁴ zeigten bei jungen Menschen mit unterschwelligen psychotischen Zuständen über einen Zeitraum von 12 Monaten ein verringertes Risiko des Fortschreitens psychotischer Störungen. Es wird angenommen, dass die positive klinische Wirkung von mehrfach ungesättigten Fettsäuren (PUFAs) durch eine Korrektur eines Mangels erfolgt. Es wurde gezeigt, dass die Zellmembranspiegel sowohl von Omega-3- als auch von Omega-6-PUFAs bei Patienten mit Schizophrenie im Vergleich zu einer gesunden Bevölkerung reduziert sind.

Da antipsychotische Medikamente verwendet werden können, um die Schwere psychotischer Phänomene zu beurteilen, untersuchte diese Studie den Anteil der Personen in der Studie, denen Medikamente verschrieben werden mussten. Der Prozentsatz der Personen, die bei der Nachuntersuchung Antipsychotika benötigten, betrug 29,4 % (10/34) in der Omega-3-Gruppe und 54,3 % (19/35) in der Placebo-Gruppe. Nur 2 Personen in der Omega-3-Gruppe gaben an, Fischölkapseln länger als 1 Monat während des Nachbeobachtungszeitraums eingenommen zu haben, was darauf hindeutet, dass eine

frühzeitige Ernährungsintervention und nicht eine Fortsetzung der Behandlung der Schlüssel zum Behandlungserfolg ist. Die anfängliche 12-wöchige Intervention spielte eine bedeutende Rolle bei der Verhinderung des Übergangs zu einer vollschwelligen psychotischen Störung und führte ferner zu einer anhaltenden symptomatischen und funktionellen Verbesserung.

Diese Studie sowie frühere Studien zu Omega-3-Fettsäuren und Psychosen zeigen das Potenzial langkettiger PUFAs als sichere und wirksame Strategie zur Prävention psychotischer Zustände bei Risikopersonen. In Anbetracht der Tatsache, dass Omega-3-PUFAs keine klinisch signifikanten Nebenwirkungen haben und allgemein als gesundheitsfördernd angesehen werden, sollte eine Supplementierung mit Omega-3-Fettsäuren als ideale frühe Ernährungsintervention angesehen werden.

1. Was ist Schizophrenie? Website des Nationalen Instituts für psychische Gesundheit. (Link entfernt). Abgerufen am 2. November 2015.
2. Correll CU, Robinson DG, Schooler NR, et al. Kardiometabolisches Risiko bei Patienten mit Erstepisoden von Schizophrenie-Spektrum-Erkrankungen: Baseline-Ergebnisse aus der RAISE-ETP-Studie. *JAMA Psychiatrie*. 2014;71(12):1350-1363.
3. Fusar-Poli P., Bonoldi I., Yung AR, et al. Vorhersage von Psychosen: Metaanalyse von Übergangsergebnissen bei Personen mit hohem klinischem Risiko. *Arch Gen Psychiatrie*. 2012;69(3):220-229.
4. Amminger GP, Schäfer MR, Papageorgiou K, et al. Langkettige Omega-3-Fettsäuren zur indizierten Prävention psychotischer Störungen: eine randomisierte, placebokontrollierte Studie. *Arch Gen Psychiatrie*. 2010;67(2):146-154.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki