

Menopausale Beschwerden: Alternative Therapien ohne gesicherten Nutzen

Frage:

Wie wirksam sind komplementäre und alternative Therapien gegen menopausale Beschwerden?

Hintergrund:

Menopausale Beschwerden sind recht häufig und beeinflussen die Lebensqualität. Die Wirksamkeit einer medikamentösen Östrogensubstitution für diese Indikation ist zwar belegt, allerdings ist unter postmenopausaler Östrogensubstitution eine erhöhte Rate an kardiovaskulären Ereignissen und Mamma-Karzinomen beschrieben.

Studiendesign:

Systematic review

Einschlusskriterien für Studien:

- Englischsprachige Publikationen von randomisiert kontrollierten Studien, die die Wirksamkeit komplementärer und alternativer Therapien bei menopausalen Beschwerden untersucht haben.
- Einteilung von komplementären und alternativen Therapien in 5 Kategorien:
 - 1) Biologische Wirksubstanzen (z. B. Pflanzenextrakte, Vitamine, Diäten)
 - 2) "Mind-body"-Therapien (z. B. Atemtechniken; progressive Muskelrelaxation; verhaltenstherapeutische Ansätze)
 - 3) Energie-Therapien (z. B. Magnetauflage; Reiki)
 - 4) Manipulative oder körperorientierte Techniken (z. B. Chiropraktische Techniken; Feldenkrais; Rolfing)
 - 5) Ganzheitliche Therapien (z. B. traditionelle chinesische Medizin; Hömöopathie)

Ausschlusskriterien für Studien:

Studien mit nicht-menopausalen Frauen

Outcome:

Veränderung der menopausalen Beschwerden unter Therapie

Resultat:

- Es konnten insgesamt 70 Primärstudien eingeschlossen werden: 48 Studien mit biologischen Wirksubstanzen, 9 Studien zu "Mind-body"-Therapien, 1 Studie zu manipulativen oder körperorientierten Techniken, 2 Studien zu Energie-Therapien und 10 Studien zu ganzheitlichen Therapien
- Die Studienqualität war meist mässig bis schlecht und viele Studien wiesen methodische Mängel auf.
- Die Autoren führten auf Grund der sehr grossen Heterogenität der Studien keine statistische Metaanalyse durch.
- Einzelne Studien liessen zwar einen gewissen Benefit für die eine oder andere Massnahme vermuten, allerdings war die Datenlage für jede der 5 Kategorien uneinheitlich.

- Zum Beispiel zeigten von den 15 Studien, die die Wirksamkeit von Phyto-Östrogenen (wie Soya- oder Rotklee-Extrakten) untersuchten und die auch eine mässige bis gute methodische Qualität aufwiesen, lediglich 4 Studien einen Benefit für diese Therapie auf.
- Andere Therapien zeigten generell wenig Wirksamkeit.
- Daten zu Nebenwirkungen waren kaum vorhanden. In einer Studie zu Soya-Extrakten mit 5-Jahres-Follow-up hatten Frauen unter Therapie ein erhöhtes Risiko für Endometrium-Hyperplasie im Vergleich zu Placebo.
- Nach Ansicht der Autorinnen ist die Datenlage zu vage, als dass sich für komplementäre und alternative Therapien bei menopausalen Beschwerden eine Wirksamkeit belegen lässt.

Kommentar:

- Für den Systematic review wurden zwar mehrere Datenbanken durchsucht, allerdings nur Studien in englischer Sprache eingeschlossen. Da bei komplementären und alternativen Therapien Publikationen oft nicht in englischer Sprache verfasst sind, wurden hier vermutlich Studien verpasst.
- Die Information aus den Primärstudien ist mit Limitationen versehen: Die Qualität der Primärstudien ist oft nur mässig, das Outcome wurde verschiedenartig erhoben, die Frauen wurden nach unterschiedlichen Kriterien in die Primärstudien eingeschlossen, der Follow-up reichte meist nur über wenige Wochen und in 10 Studien wurden die Unterschiede zwischen den Gruppen nicht berichtet.
- Die Behandlung von menopausalen Beschwerden bleibt beim bekannten Nebenwirkungsprofil einer Östrogenensubstitution somit ein Dilemma (siehe auch Evimedartikel: Nelson H. et al.: Nonhormonal Therapies for Menopausal Hot Flashes. JAMA. 2006;295:2057-2071).

Literatur:

Nedrow A. et al.: Complementary and Alternative Therapies for the Management of Menopause-Related Symptoms. A Systematic Evidence Review. Arch Intern Med. 2006;166:1453-1465.

Verfasser: Klaus Eichler