



Depression behandeln. Natürlich.

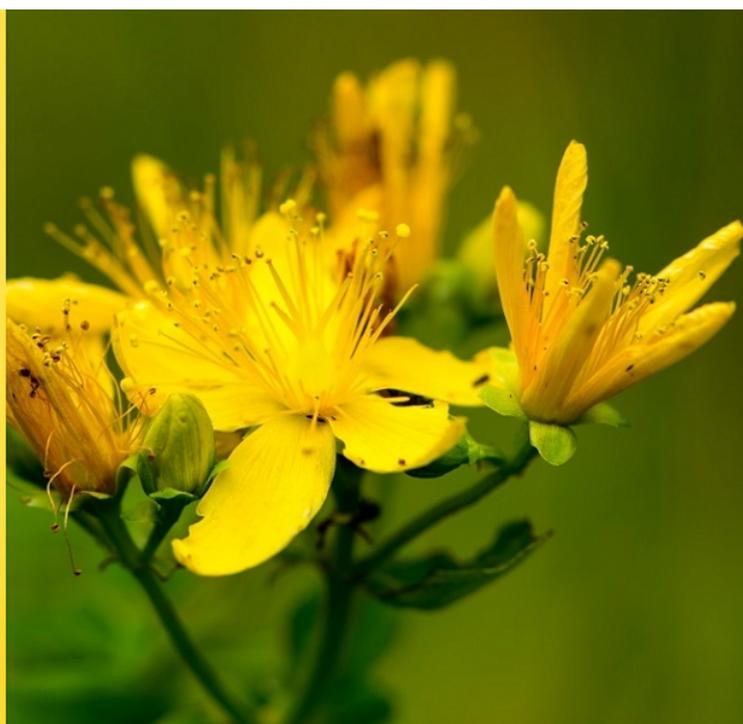
28. August 2020

Nachgefragt beim Experten

Wie stehen Sie zur Depressions-Therapie mit Johanniskraut?

„Wie machst du das eigentlich...?“ Der Erfahrungsaustausch unter Kollegen ist eine wichtige Säule bei der Therapieentscheidung – er gibt Sicherheit und kann neue Perspektiven eröffnen. Prof. Dr. med. Jens Kuhn, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, teilt hier seine Einschätzung und Erfahrung zur pflanzlichen Depressions-Therapie mit hochdosiertem Johanniskraut-Extrakt.

Lesedauer: 3 Minuten



Dieser Beitrag wird Ihnen präsentiert von **Laif[®] 900**

Prof. Dr. med. Jens Kuhn ist Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik am Johanniter Krankenhaus Oberhausen.



Bei welchen Patienten setzen Sie hochdosierten Johanniskraut-Extrakt ein?

Ich habe die Erfahrung gemacht – generell in der Psychiatrie – dass oft eine gewisse Reserviertheit gegenüber der medikamentösen Behandlung besteht. Das beobachte ich vor allem bei Patienten mit einer Ersterkrankung oder Erstkontakt zu einem Psychiater. Diese Patienten sorgen sich oft, dass sie durch Antidepressiva, die ja auch unter den Oberbegriff der Psychopharmaka fallen, noch zusätzliche Nachteile erleben könnten, beispielsweise dass sie davon abhängig werden.

In der Patientenwahrnehmung werden die pflanzlichen Präparate aber komischerweise nicht in diese Gruppe einsortiert, sondern als etwas anderes, unvergleichbar Harmloses erlebt. Insbesondere bei der Erstdiagnose einer Depression läuft man mit einer voreiligen und nebenwirkungs-assoziierten Medikation Gefahr, diese Patienten in einer Phase zu verlieren, in der es erst einmal darum geht, überhaupt ein Krankheitsverständnis zu etablieren. Ich beginne bei diesen Patienten, neben der immer zu empfehlenden Psychotherapie, häufig eine Medikation mit Johanniskraut und sehe, dass sie die Behandlung wirklich erstaunlich schnell akzeptieren und sich darauf einlassen. Es kann aber natürlich durchaus sein, dass im Verlauf der Behandlung die Medikation noch erweitert wird, im Sinne einer Kombination oder einer anderen Strategie. Dies ist nichts Ungewöhnliches – auch bei chemischen Antidepressiva weiß man, dass die initiale Response-Rate bei unter 40 % liegt.



Diese 3 Vorteile stehen für Prof. Kuhn im Vordergrund:

- gute Verträglichkeit
- multimodaler Wirkmechanismus
- gute Compliance

Wie ordnen Sie die Wirksamkeit von Johanniskraut ein, vor allem auch im Vergleich zu chemischen Antidepressiva?

Es gibt meta-analytische Darstellungen, die zeigen, dass hochdosiertes Johanniskraut ähnlich gut wirkt wie ein SSRI. Ich glaube, es gibt unter den Antidepressiva an sich gar nicht so starke Effektivitätsunterschiede, sondern es geht vor allem um die Individual-Response. Es gibt Menschen, die profitieren von Johanniskraut, andere nicht. Aber es gibt auch diejenigen, die von den chemischen Antidepressiva nicht profitieren bzw. nur mit einer schlechten Response-Rate.

Ich sage meinen Patienten immer: Johanniskraut ist ein durchaus wirksames Antidepressivum. Die Individualresponse kann ich nicht voraussagen, aber wenn Sie dafür offen sind, dann lassen Sie uns doch damit anfangen. Und wenn Sie dann das Gefühl haben, es reicht nicht, was auch durchaus sein kann, dann können wir die Medikation immer noch umstellen.



Hochdosierter Johanniskraut-Extrakt (Laif® 900, 900 mg, 1x täglich) zeigte sich in einer multizentrischen, randomisierten, doppelblinden sowie Placebo- und Verumkontrollierten Vergleichsstudie bei einer Studiendauer von 6 Wochen therapeutisch äquivalent zu Citalopram (20 mg, 1x täglich). Die Testung auf nicht-Unterlegenheit (non inferiority) von Laif® 900 gegenüber Citalopram war eindeutig signifikant ($p < 0,0001$). Deutlich überlegen war Laif® 900 in der Verträglichkeit.¹

Wo kommt Johanniskraut an seine Grenzen?

Einen Patienten mit einer medikamentösen Vorbehandlung, eventuell sogar mit einer Kombinationstherapie, oder einen Patienten, der frustriert ist, weil es bei ihm trotz der Behandlung mit einem „gängigen“ Antidepressivum erneut zu einer Depression gekommen ist, würde ich nicht unbedingt mit Johanniskraut behandeln. In diesem Fall würde ich eher überlegen, ob ein Reservepräparat oder andere Therapieresistenzstrategien (inkl. Ketamin, EKT, VNS oder TMS) diesem Patienten helfen können.

Es ist aber ebenso wichtig, mit seinem Patienten zu sprechen und zu fragen, was er möchte. Man weiß aus Studien, dass eine positive Einstellung zu einer Pharmakotherapie statistisch gesehen mit einem größeren Benefit behaftet ist. Wenn ein Patient also zum Beispiel berichtet, er habe von einem Freund gehört die Therapie mit Johanniskraut bringe nichts, dann würde ich nicht unbedingt versuchen, ihn davon zu überzeugen. Umgekehrt würde ich aber, wenn ein Patient eine positive Meinung dazu hat, versuchen, diese positive Konnotation mit der Behandlung auch zu nutzen.



S3-Leitlinie/NVL „Unipolare Depression“

„Wenn bei leichten oder mittelgradigen depressiven Episoden eine Pharmakotherapie erwogen wird, kann bei Beachtung der spezifischen Nebenwirkungen und Interaktionen ein erster Therapieversuch auch mit Johanniskraut unternommen werden.“

Bei der Therapiewahl soll immer ein gleichberechtigtes Zusammenarbeiten von Arzt bzw. Psychotherapeut und Patient angestrebt werden. Dazu gehört, Patienten über alle verfügbaren Behandlungsmöglichkeiten aufzuklären.²

Mehr zum Thema:

- [Faktencheck: Johanniskraut-Extrakt vs. Citalopram vs. Placebo](#)
- [„Gibt es da auch etwas Pflanzliches?“](#)
- [3 Fragen, die Sie sich im Rahmen der Therapie stellen sollten](#)

▸ Quellen anzeigen

1. Gastpar M et al. Comparative efficacy and safety of a once-daily dosage of hypericum extract STW3-VI and citalopram in patients with moderate depression: a double-blind, randomised, multicentre, placebo-controlled study. *Pharmacopsychiatry*, 2006; 39: 66-75.
2. DGPPN, BÄK, KBV, AWMF (Hrsg.) für die Leitliniengruppe Unipolare Depression*. S3-Leitlinie/Nationale VersorgungsLeitlinie Unipolare Depression – Langfassung, 2. Auflage. Version 5. 2015. DOI:10.6101/AZQ/000364. www.depression.versorgungsleitlinien.de (zuletzt aufgerufen am 15.07.2020).

Weitere Informationen zu:

Laif[®] 900

www.depression-behandeln-natuerlich.de

Die Website für Sie, Ihre Laif 900 Patienten und deren Angehörigen

Fragen zu Laif[®] 900?



Unsere Experten sind für Sie da:
MO bis FR von
8.00 – 18.00 Uhr
Tel.: **0800 64 22 937** (kostenlose Servicenummer)
medical-information@bayer.com
Oder nutzen Sie den Live-Chat über
www.medinfo.bayer.de

Jetzt online CME-Punkte sammeln

Fachrichtung Allgemeinmedizin & Innere Medizin

E-CME
FORTBILDUNGS KOLLEG
für Ärzte der Fachrichtung
Allgemeinmedizin und Innere Medizin
Thema: Depression
Einloggen unter: dasfoko.de/e-cme
Jetzt 4 CME Punkte sichern
Sponsored by Laif 900

Fachrichtung Neurologie/Psychiatrie

E-CME
FORTBILDUNGS KOLLEG
für Ärzte der Fachrichtung
Neurologie/Psychiatrie
Thema: Depression
Einloggen unter: dasfoko.de/e-cme
Jetzt 4 CME Punkte sichern
Sponsored by Laif 900

Ein Service der Bayer Vital GmbH und
des FORTBILDUNGSKOLLEGS.