

## Arthrose-Mittel entpuppt sich als wirkungslos

**Ernüchternde Neuigkeiten für Arthrose-Patienten: Der oft verschriebene Wirkstoff Chondroitin hat keinen klinisch relevanten Effekt, wie eine Studie der Uni Bern zeigt. Die Alternative: Physiotherapie.**

Von Bettina Jakob

Nicht alles was die Krankenkasse bezahlt, scheint auch tatsächlich zu wirken: Die neueste Studie des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin der Uni Bern legt nahe, dass der Wirkstoff Chondroitin bei Arthrose vermutlich nicht schmerzlindernd ist. «Bei fortgeschrittener Arthrose nützen die entsprechenden Präparate nicht besser als ein Scheinmedikament», sagt Studienleiter Peter Jüni. Zu diesem Schluss kommen die Forschenden nach der Untersuchung von 20 klinischen Studien mit insgesamt 3846 Patientinnen und Patienten. Die Meta-Studie wurde im Rahmen des Nationalen Forschungsprogramms «Muskuloskeletale Gesundheit - Chronische Schmerzen» (NFP 53) durchgeführt. Die Ergebnisse sind in der aktuellen Ausgabe der medizinischen Fachzeitschrift «Annals of Internal Medicine» publiziert.



Wenn jeder Schritt weh tut: Knie-Arthrosen sind ein häufiges Problem in der Schweizer Bevölkerung. (Bild:istock.com)

### Effekt klinisch nicht relevant

Arthrose ist eine häufige Erkrankung des Bewegungsapparates: Schätzungsweise 900'000 Schweizerinnen und Schweizer leiden unter der schmerzhaften Abnutzung der Knorpelschicht in den Knie- und Hüftgelenken. Eine Arthrose wird primär mit Schmerzmitteln oder mit Entzündungshemmern behandelt – und eben mit Chondroitin. Die Kapseln mit Chondroitinsulfat, einem Bestandteil des Knorpelgewebes, sollten einerseits die Schmerzen lindern und andererseits den abgetragenen Knorpel wieder aufbauen: In den untersuchten Studien wurde vor und nach der Therapie der Gelenkspalt ausgemessen. Diese Messungen zeigten aber gemäss Medienmitteilung des Schweizerischen Nationalfonds keinen klinisch relevanten Effekt von Chondroitin.

Epidemiologe Peter Jüni fasst zusammen: «Je länger und je gründlicher man nach einer Wirkung suchte, umso weniger fand man sie.» Insbesondere die

jüngsten Studien der letzten zwei Jahren entlarven den Wirkstoff als nutzlos. Jedenfalls bei fortgeschrittener Arthrose – bei einer leichgradigen Erkrankung können die Forschenden «eine gewisse Wirkung nicht vollständig ausschliessen».

### **Experte empfiehlt Physiotherapie**

«Die Herstellerfirmen sind über unsere Resultate informiert», so Peter Jüni, «und natürlich wenig erfreut.» Er fordert diese auf, unabhängigen Experten Einsicht in ihre bisherigen Studiendaten zu erlauben, damit geklärt werden könne, inwieweit das Chondroitin wenigstens bei leichter Knorpelabnützung wirksam sei. Konsequenzen aus den neuesten Erkenntnissen entstehen voraussichtlich auch für die Krankenkassen, welche die Chondroitin-Präparate über die Grundversicherung abrechnen. Und natürlich für die betroffenen Patientinnen und Patienten - denn ein Alternativ-Medikament gibt es gemäss Jüni nicht. Die einzige Behandlung, die der Experte bei Arthrose neben Schmerzbekämpfung empfehlen kann, ist die Physiotherapie: «Die Muskeln stärken, besonders bei Problemen mit den Knien.»