

## Depressions-Leitlinie: Johanniskrautextrakte wirksam

**Eine Depression ist keine harmlose Verstimmung, sondern ein ernstzunehmendes Leiden. In der Medizin ist es unbestritten und inzwischen hat es auch die breite Öffentlichkeit akzeptiert. Experten haben sich außerdem kürzlich eine Einigkeit über die richtige Behandlung erzielt. In der 3S-Depressionsleitlinie, die sie verabschiedet haben, werden auch bestimmte Johanniskraut-Extrakte als wirksam anerkannt.**

Leitlinien sind systematisch entwickelte Darstellungen und Empfehlungen von Experten, die den letzten Stand des Wissens wiedergeben. Sie werden in drei Stufen unterteilt, wobei S3 die höchste Stufe der Konsensfindung darstellt. Die neue „S3-Leitlinie / Nationale VersorgungsLeitlinie Unipolare Depression“ ist von Experten aus insgesamt 28 Fachgremien, sowie von Vertretern zweier Patientenorganisationen verabschiedet worden. Berücksichtigt werden darin 1.232 wissenschaftliche Publikationen. In ihren Empfehlungen gehen die Leitlinie-Autoren auch auf die Behandlung von Depressionen mit Johanniskraut-Präparaten. Wörtlich heißt es da: *„Eine neue Metaanalyse kommt zum Ergebnis, dass Johanniskraut-Extrakte bei der Behandlung von leichter und mittelschwerer Symptomatik wirksam sind. (Es sollten allerdings) ... nur Präparate zur Therapie einer leichten und mittelgradigen depressiven Symptomatik eingesetzt werden, für die eine klinische Wirksamkeit durch eigene Studien belegt ist.“*

Damit folgt die Depressions-Leitlinie den KFN-Kriterien, nach denen für die Beurteilung eines pflanzlichen Präparates nicht die Ausgangspflanze, sondern der spezifische Extrakt wesentlich ist. Für die Anwendung bedeutet es, dass nur dort die gleichen belegten therapeutischen Effekte erwartet werden können, wo der gleiche Extrakt in vergleichbarer Dosierung appliziert wird. Das Komitee Forschung Naturmedizin (KFN) begrüßt außerdem die längst fällige Anerkennung der gut dokumentierten Johanniskraut-Extrakte durch die EBM-Medizin. Sie wird den Betroffenen, die auf eine wirksame und gleichzeitig gut verträgliche Behandlung ihres Leidens angewiesen sind, zugute kommen. Und das sind immer mehr Menschen: Das Risiko, im Laufe des Lebens an einer Depression zu erkranken, nimmt laufend zu. Laut Schätzung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) werden unipolare Depressionen schon in 20 Jahren an erster Stelle jener Erkrankungen stehen, die schwere und schwerste Einschränkungen des täglichen Lebens verursachen.

*Weitere Informationen zu Phytotherapie finden Sie unter*

[www.phytotherapie-komitee.de](http://www.phytotherapie-komitee.de)

KFN 14/2009 – 16.12.2009