

Generalisierte Angststörung: Gibt es Alternativen zu Beruhigungsmitteln und Antidepressiva?



Angstlösende Medikamente aus der Gruppe der Azapirone sind eine Alternative zu anderen Arzneien, mit denen man versucht, generalisierte Angststörungen (GAS) zu lindern. Allerdings wurden sie für GAS noch nicht so gut untersucht wie Beruhigungsmittel und Antidepressiva. Azapirone scheinen etwas weniger wirksam zu sein als Beruhigungsmittel, aber auch weniger unerwünschte Wirkungen zu haben.

Angstlösende Medikamente aus der Gruppe der Azapirone sind eine Alternative zu anderen Arzneien, mit denen man versucht, generalisierte Angststörungen (GAS) zu lindern. Allerdings wurden sie für GAS noch nicht so gut untersucht wie Beruhigungsmittel und Antidepressiva. Azapirone scheinen etwas weniger wirksam zu sein als Beruhigungsmittel, aber auch weniger unerwünschte Wirkungen zu haben.

Menschen mit generalisierter Angststörung (GAS) leben in ständiger, unerträglicher und unkontrollierbarer Sorge um alltägliche Dinge. Ihre Ängste sind chronisch, das heißt sie dauern bereits über sechs Monate an und bestimmen jeden einzelnen Tag. Sie drehen sich nicht nur um bestimmte Dinge, die betroffenen Menschen leben vielmehr in einem permanenten Angstzustand.

Dies kann zu Beschwerden wie Müdigkeit, Reizbarkeit, schlechter Konzentration und Kopfschmerzen führen. Die Ängste der Menschen sind so stark, dass sie sich oft in einem Zustand der ständigen Wachsamkeit und Anspannung befinden. Es können Anzeichen für eine Überaktivität des Nervensystems auftreten wie Kurzatmigkeit, beschleunigter Herzschlag und Benommenheit. Die Ängste und die Symptome erschweren es, Alltagsaktivitäten und -aufgaben angemessen zu erledigen.

Etwa einer von 20 Menschen durchlebt irgendwann in seinem Leben eine Phase generalisierter Angststörung. Oft tritt sie parallel zu einem anderen Problem in Erscheinung, wie insbesondere einer Depression oder anderen Angststörungen. Die Störung kann Jahre andauern, beeinträchtigt ältere Menschen aber meist weniger als junge. Das könnte daran liegen, dass Menschen mit zunehmendem Alter im Allgemeinen besser mit Stress umgehen können.

Zu den Behandlungsmöglichkeiten gehören psychotherapeutische Verfahren wie die kognitive Verhaltenstherapie, bei der die Therapeutin oder der Therapeut den Menschen hilft, ihre Ängste in einem anderen Licht zu sehen und anders mit ihnen umzugehen. Die am häufigsten verschriebenen Arzneimittel sind Antidepressiva und Benzodiazepine (Beruhigungsmittel). Benzodiazepine können jedoch Schläfrigkeit, Koordinationsschwierigkeiten und Vergesslichkeit verursachen und zur Abhängigkeit führen. Bei einer Abhängigkeit treten Entzugserscheinungen auf, wenn man die Mittel absetzt. Antidepressiva können unter anderem Übelkeit, Mundtrockenheit und Benommenheit auslösen.

In unserem Merkblatt (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.329.de.html>) erfahren Sie mehr über GAS und ihre Behandlungsmöglichkeiten.

Wenn andere Medikamente nicht geholfen haben, besteht die Möglichkeit, ein Angst lösendes Mittel aus der Gruppe der Azapirone auszuprobieren. In dieser Medikamentengruppe gibt es mehrere Präparate, bei einer GAS wird aber insbesondere das so genannte Buspiron eingesetzt. Es ist das einzige Azapiron-Präparat, das in Europa zugelassen ist. Azapirone sind Angst lösende Medikamente, bei denen man davon ausgeht, dass sie nicht abhängig machen oder zu Entzugserscheinungen führen.

Um herauszufinden, welchen Nutzen und welche unerwünschten Wirkungen Azapirone für Erwachsene mit GAS haben könnten, führten Wissenschaftler der Cochrane Collaboration eine umfangreiche Suche nach Studien durch, die diese Mittel geprüft haben. Sie fanden 36 Studien zu Azapiron bei Menschen mit GAS. Einige der Studien hatten Azapirone mit einem Scheinmedikament (Plazebo) verglichen, andere mit Benzodiazepinen, Antidepressiva oder Psychotherapie.

Die Studien zeigten, dass Azapirone zur Behandlung generalisierter Angststörung wirksamer waren als Plazebos, aber nicht so wirkungsvoll wie Benzodiazepine. In zwei kleinen Studien wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gefragt, ob sich ihre Beschwerden gebessert hatten. Im Vergleich zu den Personen aus der Plazebogruppe antworteten 23 % mehr Patienten, die Azapirone eingenommen hatten, dass sich ihre Beschwerden nach einigen Wochen der Einnahme stark oder sehr stark verbessert hatten.

Insgesamt zeigte sich bei 54 % der behandelten Teilnehmer eine deutliche Verbesserung, im Vergleich zu 31 % bei den Personen aus der Plazebogruppe. Die Daten reichen aber nicht aus, um sicher sagen zu können, wie viele Menschen von Azapironen profitieren. Wir wissen auch nicht, wie Azapiron im Vergleich zu Antidepressiva oder Psychotherapie wirkt.

In den Studien ähnelten die häufigsten Nebenwirkungen der Azapirone den Beschwerden, die auch bei der generalisierten Angststörung auftreten. Daher traten solche Beschwerden auch bei einigen Personen in der Plazebogruppe auf. Das häufigste Problem war Benommenheit: 34 % der Studienteilnehmer, die

Azapiron eingenommen hatten, berichteten über Benommenheit, verglichen mit 11 % der Teilnehmer in der Placebogruppe. Das bedeutet, dass Azapiron bei 23 % mehr Personen zu Benommenheit geführt hat (zusätzlich 23 von 100 Personen).

Etwa 23 % der Teilnehmer, die Azapiron eingenommen hatten, empfanden Übelkeit, im Vergleich zu 10 % in der Placebogruppe. 17 % hatten mit Schläfrigkeit zu tun, verglichen mit 10 % derjenigen, die Placebos bekommen hatten. Die Wissenschaftler fanden nur Studien, die im Durchschnitt zwischen 4 und 9 Wochen gedauert hatten (darunter eine Studie von 14 Wochen). Daher lässt sich über mögliche Behandlungsergebnisse bei einer längerfristigen Anwendung nichts sagen.

Keines der Medikamente, die bei GAS eingesetzt werden, sind für einen langfristigen oder dauerhaften Gebrauch geeignet. Die wirksamste und zugleich nebenwirkungsärmste Behandlung einer GAS ist die kognitive Verhaltenstherapie. Über dieses Verfahren können Sie hier ([URL: http://www.gesundheitsinformation.de/index.329.de.html](http://www.gesundheitsinformation.de/index.329.de.html)) mehr lesen.

Glossar

Cochrane Collaboration

Die Cochrane Collaboration ist ein internationaler Zusammenschluss von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern, die sich zusammengetan haben, um in einzelnen Teams ("Cochrane Review Groups") zu medizinischen Fragen sogenannte systematische Übersichten (Reviews) zu erstellen, mit deren Hilfe wissenschaftlich begründete Aussagen über die Wirksamkeit medizinischer Therapien möglich werden. Zu diesem Zweck haben die Mitglieder der Cochrane Collaboration Methoden entwickelt, um systematisch und umfassend die verfügbaren Informationen über klinische Studien und die Wirksamkeit medizinischer Maßnahmen zu sammeln. Das Ziel der Cochrane Collaboration ist es, Ärztinnen, Ärzten, Patientinnen und Patienten wissenschaftlich fundierte Hilfen für informierte Entscheidungen zur medizinischen Versorgung zu geben und somit medizinische Entscheidungen insgesamt zu verbessern. Die deutsche Internetadresse der Cochrane Collaboration, auf der sich die Organisation selbst vorstellt, lautet www.cochrane.de.

Benzodiazepine

Benzodiazepine sind eine große Gruppe von auf die Psyche wirkenden Medikamenten, die beruhigend, Angst mindernd und krampflösend wirken. Sie werden als Schlaf- und Beruhigungsmittel eingesetzt. Die Wirkungsdauer reicht von einigen Stunden bis zu einigen Tagen. Einer ihrer großen Nachteile ist, dass sie schon nach vergleichsweise kurzer Anwendungszeit süchtig machen können.

Kurzatmigkeit

Kurzatmigkeit ist auch unter den Begriffen "Atemnot" oder "Luftnot" bekannt. Eine Person hat zeitweise oder ständig das Gefühl, zu wenig Luft beim Atmen zu bekommen. Bei starker Luftnot haben Menschen ein beklemmendes Gefühl oder sogar die Angst, zu ersticken. Sie atmen angestrengt, das Durchatmen fällt ihnen schwer. Atemnot erfahren Menschen mit Lungenkrankheiten wie Asthma oder einer Lungenentzündung, aber auch während eines Herzinfarkts oder bei extremem Übergewicht.

Antidepressiva

Antidepressiva sind Arzneimittel, mit denen eine

Depression behandelt wird. Sie heben die Stimmung, wirken aber unterschiedlich auf den Antrieb, die Motivation und die Lust, etwas zu unternehmen. Manche Antidepressiva steigern den Antrieb, manche dämpfen ihn eher, und andere verändern ihn nicht. Eine Therapie mit Antidepressiva dauert in der Regel viele Monate; die Wirkung setzt erst nach Tagen oder Wochen ein. Es gibt verschiedene Wirkstoffklassen. Grundsätzlich beeinflussen alle Substanzen die Informationsübermittlung an den Nervenzellen: Sie versuchen den Mangel an bestimmten chemischen Botenstoffen, den Neurotransmittern, zu beheben. Wichtige Wirkstoffklassen sind die trizyklischen Antidepressiva und die "SSRI", die Selektiven Serotonin-Wiederaufnahme-Hemmer. Trizyklische Antidepressiva sind eine ältere Klasse von Antidepressiva, die ihren Namen der dreifachen Ringstruktur ihres chemischen Grundgerüsts verdanken. Sie werden auch Trizyklika genannt. Trizyklische Antidepressiva wirken auf verschiedene Botenstoffe an den Nervenenden. Sie haben zahlreiche Nebenwirkungen. Trizyklika waren viele Jahre die wichtigsten Medikamente gegen Depression, sie werden heute wegen ihrer Nebenwirkungen aber seltener eingesetzt. "SSRI" sind eine neuere Klasse von Antidepressiva. Sie wirken - wie der Name Selektive-Serotonin-Wiederaufnahme-Hemmer bereits sagt - gezielt auf den chemischen Botenstoff Serotonin. Das hat den Vorteil, dass chemische Abläufe, an denen andere Botenstoffe beteiligt sind, nicht beeinflusst werden und so weniger Nebenwirkungen entstehen. Andere Klassen von Antidepressiva wirken gezielt auf andere chemische Botenstoffe.

Depression

Eine Depression ist eine häufig vorkommende Erkrankung der Psyche, die leicht, moderat oder sehr ernsthaft sein kann. Es gibt verschiedene Arten von Depressionen, die an unterschiedlichen Anzeichen erkannt werden können. Welche Symptome im Einzelnen auftreten und wie häufig und stark sie sind, ist von Person zu Person und innerhalb der einzelnen Altersgruppen unterschiedlich. An Depressionen können Menschen aus allen sozialen Schichten, aus sämtlichen Altersgruppen sowie beiderlei Geschlechts erkranken. Wenn mindestens zwei solcher Anzeichen wie tiefe Traurigkeit, Lustlosigkeit oder Interesslosigkeit länger als zwei Wochen anhalten, kann sich eine Depression entwickelt haben.

Quellen

Chessick CA, Allen MH, Thase ME, Batista Miralha da Cunha ABC et al. Azapirones for generalized anxiety disorder. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2006, Issue 3. [Cochrane-Zusammenfassung (URL: <http://www.cochrane.org/reviews/en/ab006115.html>)]

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.