

## Regelschmerzen: Können entzündungshemmende Schmerzmittel helfen?



Entzündungshemmende Schmerzmittel wie Acetylsalicylsäure (ASS), Diclofenac, Ibuprofen und Naproxen können starke Menstruationsschmerzen lindern. Die Medikamente führen gelegentlich zu unerwünschten Wirkungen wie Kopfschmerzen oder Verdauungsbeschwerden.

**Entzündungshemmende Schmerzmittel wie Acetylsalicylsäure (ASS), Diclofenac, Ibuprofen und Naproxen können starke Menstruationsschmerzen lindern. Die Medikamente führen gelegentlich zu unerwünschten Wirkungen wie Kopfschmerzen oder Verdauungsbeschwerden.**

Regel- oder Menstruationsschmerzen oder -krämpfe (Dysmenorrhoe) sind ein weit verbreitetes Problem, das fast die Hälfte aller Frauen betrifft. Manche Frauen haben so starke Regelschmerzen, dass sie jeden Monat für ein bis drei Tage außerstande sind, Alltagsaktivitäten zu erledigen, zur Arbeit oder in die Schule zu gehen.

Bei Frauen, die Regelschmerzen haben, produziert das Gewebe der Gebärmutter zu viel von dem Hormon Prostaglandin. Dies führt zu schmerzhaften Krämpfen im Unterleib, die manchmal auch in den Rücken oder die Oberschenkel ausstrahlen können. Die Beschwerden können bereits einige Stunden vor Beginn der Monatsblutung einsetzen.

Manchmal entstehen Menstruationsschmerzen im Zusammenhang mit anderen Erkrankungen, wie zum Beispiel einer Endometriose, bei der Gebärmutter Schleimhaut auch außerhalb der Gebärmutter wächst. Weitere Informationen über Endometriose finden Sie [hier](http://www.gesundheitsinformation.de/endometriose.411.56.de.htm) (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/endometriose.411.56.de.htm>).

**Entzündungshemmende Schmerzmittel blockieren die Prostaglandin-Produktion**

Gegen Regelschmerzen werden häufig entzündungshemmende Schmerzmittel eingesetzt, wie zum Beispiel die Wirkstoffe Acetylsalicylsäure (ASS), Diclofenac, Ibuprofen und Naproxen. Sie werden auch nichtsteroidale Antirheumatika (NSAR) genannt. Sie hemmen die Produktion von Prostaglandin und sollen dadurch Menstruationskrämpfe lindern. Viele NSAR sind ohne Rezept in der Apotheke erhältlich.

Um zu prüfen, ob sie helfen können und wie gut verträglich sie sind, haben Wissenschaftlerinnen der Cochrane Collaboration nach klinischen Studien zu diesen Medikamenten gesucht. Die Cochrane Collaboration ist ein internationales Forschungsnetzwerk, das den Nutzen und Schaden von Therapien untersucht. In den Studien wurden NSAR mit anderen Behandlungsformen, mit der Einnahme von Placebos (Präparate ohne Wirkstoff) oder

untereinander verglichen. Die Wissenschaftlerinnen fanden 73 aussagekräftige Studien mit mehr als 5100 Frauen im Alter von 12 bis 47 Jahren. An den Studien hatten Frauen mit und ohne Endometriose teilgenommen.

**Aktuelle Forschung belegt, dass NSAR Regelschmerzen lindern können**

Die Studien zeigen, dass NSAR Regelschmerzen effektiver lindern konnten als ein Placebo. So waren beispielsweise nur 3 von 10 Frauen (30 %), die Naproxen genommen hatten, wegen ihrer Schmerzen außerstande, zur Arbeit oder zur Schule zu gehen. Von den Frauen, die Placebos nahmen, konnten fast 7 von 10 nicht arbeiten oder in die Schule gehen (67 %). Das Medikament half also 4 von 10 Frauen (40 %).

Einige Studien verglichen NSAR mit Paracetamol. Sie deuten darauf hin, dass NSAR Regelschmerzen etwas wirksamer lindern können als Paracetamol. Die Daten aus den Studien reichten jedoch nicht aus, um beurteilen zu können, ob bestimmte NSAR wirksamer sind als andere.

Im Hinblick auf unerwünschte Wirkungen zeigen die Studien, dass NSAR gelegentlich zu Magenbeschwerden, Übelkeit oder Kopfschmerzen führen. Die meisten Frauen vertragen sie jedoch gut.

In unserem [Spezial](http://www.gesundheitsinformation.de/regelschmerzen.349.56.de.htm) (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/regelschmerzen.349.56.de.htm>) finden Sie weitere Informationen über Regelschmerzen und zu anderen Behandlungsmöglichkeiten sowie einen Flyer speziell für Mädchen.

*Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)*

## Glossar

### Ibuprofen

Ibuprofen ist ein Wirkstoff, der schmerzstillend, entzündungshemmend und fiebersenkend wirkt. Er zählt wie Acetylsalicylsäure (ASS) zur Gruppe der nichtsteroidalen Antirheumatika.

### 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](http://www.cochrane.de).

### Prostaglandin

Prostaglandine sind Gewebshormone, das heißt, sie werden von Zellen im Gewebe und nicht von speziellen Drüsen gebildet. Man unterscheidet mehrere Gruppen mit zum Teil gegensätzlichen Wirkungen. Prostaglandine der Gruppe 1 zum Beispiel wirken entzündungshemmend, Prostaglandine der Gruppe 2 fördern dagegen Entzündungen und verstärken die Schmerzwahrnehmung. Daher wirken viele Schmerzmittel wie zum Beispiel Acetylsalicylsäure (ASS) dadurch, dass sie unter anderem die Bildung von Prostaglandinen der Gruppe 2 hemmen.

### NSAR

Abkürzung für „nicht-steroidale Antirheumatika“ oder „nicht-steroidale Antiphlogistika“. Dies sind entzündungshemmende, fiebersenkende Schmerzmittel. Auch die englische Abkürzung NSAID für „nonsteroidal

antiinflammatory drugs“ wird häufig verwendet.

### Acetylsalicylsäure

Acetylsalicylsäure (ASS) ist ein weit verbreiteter Wirkstoff, der schmerzstillend, entzündungshemmend und fiebersenkend wirkt. Außerdem hemmt ASS die Aneinanderlagerung der Blutplättchen (Thrombozyten) und wirkt so gerinnungshemmend. Das Schmerzmittel gehört zur Gruppe der sogenannten nicht-steroidalen Antirheumatika (NSAR).

### ASS

Acetylsalicylsäure (ASS) ist ein weit verbreiteter Wirkstoff, der schmerzstillend, entzündungshemmend und fiebersenkend wirkt. Außerdem hemmt ASS die Aneinanderlagerung der Blutplättchen (Thrombozyten) und wirkt so gerinnungshemmend. Das Schmerzmittel gehört zur Gruppe der sogenannten nicht-steroidalen Antirheumatika (NSAR).

## Quellen

Die IQWiG-Gesundheitsinformationen stützen sich auf Forschungsergebnisse aus der internationalen Literatur. Wir identifizieren die zuverlässigsten aktuell verfügbaren wissenschaftlichen Erkenntnisse, insbesondere aus sogenannten „systematischen Reviews“. Darin werden wissenschaftliche Studien zum Nutzen und Schaden von Behandlungen und anderen Maßnahmen der Gesundheitsversorgung zusammenfassend analysiert, sodass Fachleute und Betroffene deren Vor- und Nachteile abwägen können. Mehr Informationen dazu, wie systematische Reviews aufgebaut sind und warum sie die zuverlässigsten Belege liefern, finden Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.61.de.html>) . Außerdem bitten wir stets die Autorinnen und Autoren der zentralen systematischen Reviews, auf denen unsere Informationen beruhen, um ihre Unterstützung, um die medizinische und wissenschaftliche Korrektheit unserer Produkte sicherzustellen.

Marjoribanks J, Proctor M, Farquhar C, Derks RS. Nonsteroidal anti-inflammatory drugs for dysmenorrhoea. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2010, Issue 1. [Cochrane-Zusammenfassung (URL: <http://mrw.interscience.wiley.com/cochrane/clsysrev/articles/CD001751/frame.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](http://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.