



suite101.de
Das Netzwerk der Autoren.



[freie autoren gesucht](#) | [artikel von heute](#) | [einloggen](#)

Finde jeden anhand seiner Handynummer!

Probier es aus! Einfach die Handynummer eines Freundes eingeben:

z.B. 01781234567 **JETZT ORTEN!**



Finden

gastautor

angela und karlheinz
steinmüller

mehr bei suite101

gesundheit & wellness

themen

ähnliche artikel

gelenke "wie geschmiert"

arthritis

kraftdreikampf kdk /
powerlifting

laufen sie ihrer arthrose
davon!

glucosamin schützt nicht vor
hüft-arthrose

warum braucht man
lauftechnik?

enzyme bei chronischer
erkrankung

mehr artikel über
orthopädie

schlagworte

hilft glucosamin chondroitin
gegen arthroseschmerz

glucosaminhydrochlorid und
chondroitinsulfat gegen...

knie

arthritis

celecoxib

[Start](#) » [Gesundheit & Wellness](#) » [Bewegung & Sportmedizin](#) » [Orthopädie](#) » **Arthrose: Glucosamin & Chondroitin wirken nicht**

Arthrose: Glucosamin & Chondroitin wirken nicht

Scheinpräparat ist genau so gut – nur Celecoxib lindert den Schmerz

© [Dr. Gerald Albach](#)

[15.12.2008](#)

GAIT-Studie: Die Nahrungsergänzung mit Glucosamin und/oder Chondroitin schützt nicht besser vor Arthrose-schmerzen und -beschwerden des Knies als Scheinpräparate.

Glucosamin-Hydrochlorid und Chondroitin-Sulfat sind in Deutschland und den USA ein beliebtes Nahrungsergänzungsmittel. Durch die Präparate mit den Knorpelbestandteilen Glucosamin und Chondroitin erhoffen sich Arthrose-Patienten degenerative Prozesse im Gelenkknorpel aufhalten zu können. Da für Nahrungsergänzungsmittel keine klinischen Studien notwendig sind und die bisher veröffentlichten Studien uneinheitliche Ergebnisse lieferten, führte das "National Center for Complementary and Alternative Medicine" der USA eine vierjährige Studie durch.

GAIT-Studie: Wirken Glucosamin und Chondroitin gegen Arthroseschmerz?

Dr. Daniel O. Clegg von der University of Utah School of Medicine und seine Mitarbeiter untersuchten im Rahmen der GAIT-Studie die Daten von 1583 Arthrose-Patienten mit einer symptomatischen Osteoarthritis des Knies. Die Arthrose-Patienten waren durchschnittlich 59 Jahre alt, davon waren 64 Prozent Frauen. Jeder der Studienteilnehmer des "Glucosamine/Chondroitin Arthritis Intervention Trials" erhielt als Nahrungsergänzung nach einer zufälligen Auswahl über eine Dauer von durchschnittlich 24 Wochen täglich entweder:

- 1.500 Milligramm Glucosamin-Hydrochlorid,
- 1.200 Milligramm Chondroitin-Sulfat,
- 1.500 Milligramm Glucosamin-Hydrochlorid und 1.200 Milligramm Chondroitin-Sulfat,
- 200 Milligramm Celecoxib
- oder ein Scheinpräparat (Placebo).

Bei Celecoxib handelt es sich um ein auch in Deutschland zugelassenes Medikament. Als so genannter selektiver COX-2-Hemmstoff hemmt es das Enzym Cyclooxygenase, welches bei der Regulation von Entzündungen eine Rolle spielt. Celecoxib diente in der GAIT-Studie quasi als aktive Kontrolle.

Placebo wirkt genauso gut

Die fünf Studienarme wurden statistisch nach dem so genannten "Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index" (WOMAC) ausgewertet: Der Index gilt momentan als eines der besten Werkzeuge, um Schmerzen und Beschwerden am Gelenk zu erfassen. Eine Überraschung bot die Placebo-Gruppe: Bei 60,1 Prozent der Arthrose-Patienten reduzierte sich der Schmerz um mehr als 20 Prozent nach dem WOMAC-Index durch die Einnahme von Scheinpräparaten. Nahmen die Patienten Glucosamin ein, stieg der Anteil zwar um 3,9 Prozent auf 64 Prozent, jedoch zeigte der statistische p-Wert von 0,3, dass keine bedeutsame Verbesserung stattgefunden hatte. Auch in der Chondroitin-Gruppe zeigte sich keine signifikante Verbesserung, obwohl bei 65,4 Prozent der Patienten eine Besserung eintrat ($p = 0,17$). Bekamen die Studienteilnehmer Chondroitin und Glucosamin in Kombination bot sich das gleiche Bild: 66,6 Prozent der Patienten fühlten sich besser, mit einem p-Wert von $= 0,09$ war dies keine signifikante Verbesserung gegenüber dem Scheinpräparat. Nur der COX-2-Hemmer Celecoxib zeigte eine statistisch signifikante Besserung gegenüber der Placebo-Gruppe: 70,1 Prozent der Patienten hatten weniger Schmerzen ($p = 0,008$).

Google-Anzeigen

[Glucosamin / Chondroitin](#)

Bei Arthrose. Sehr günstige Preise, Zahlung nach Lieferung
www.glucosana.com/deutschland

[Chondroitin MSM 480 50€](#)

480 Kapseln Glucosamin Chondroitin MSM. Hier Studien
Online Bestellung
amazon.de/-Glucosamin-Chondroitin

[Arthrose Erfahrungen](#)

meine Gelenkschmerzen sind endlich wieder erträglicher geworden
knochen-und-gelenke.de

[Glucosamin Knorpelaufbau](#)

Glucosamine bei Gelenkverschleiß Deutsche Herstellung.
Blitzversand
www.amalui.com

[Gelenkkomplex Glucosamin](#)

+ Chondroitin für gesunde Gelenke, Knorpelaufbau und
Gelenkschmiere
www.bioprophyt.de

[Glucosamin liefert](#)

Apotheke am Rothenbaum portofreie Lieferung ab 40,- Euro
www.apo-rot.de

Ein Silberstreif am Horizont? - GAIT-Zusatz-Studie

Für das ganze Arthrose-Patienten-Kollektiv zeigten Chondroitin und Glucosamin alleine oder in Kombination keine signifikante Verbesserung gegenüber dem Scheinpräparat. Unterteilt man die Studienteilnehmer aber in Untergruppen, zeigte sich bei Arthrose-Patienten mit mittelschweren bis schweren Schmerzen für die Kombination von Chondroitin und Glucosamin eine signifikante Verbesserung gegenüber dem Placebo. Bei einem WOMAC-Schmerz-Score von 301 bis 400 Punkten stieg der Anteil auf 79,2 Prozent gegenüber 54,3 Prozent ($p = 0,002$). Dies überzeugte die Studienleiter aber nicht von der Wirksamkeit der Präparate. Deshalb wurden Arthrose-Patienten mit mittelschweren bis schweren Schmerzen zu einer [weiteren 18-monatigen Anschlussstudie](#) eingeladen.

Bitte beachten Sie, dass ein Suite101-Artikel generell fachlichen Rat - zum Beispiel durch einen Arzt - nicht ersetzen kann.

Weitere Informationen:

- Die Originalarbeit "Glucosamine, Chondroitin Sulfate, and the Two in Combination for Painful Knee Osteoarthritis" von Daniel O. Clegg et al. können Sie in englischer Sprache auf der Internet-Präsenz des "[New England Journal of Medicine](#)" kostenlos als pdf-Datei herunterladen (184 kB).
- Beeinträchtigt falsche Ernährung die Stabilität der Knochen Ihrer Kinder? Darüber berichtet der Artikel: "[Bekommen Kinder durch Cola & Co weiche Knochen?](#)"
- Hilft Magnesiumphosphat aus dem Schüßler-Salz Nr. 7 Ihre Knochen stabiler zu machen? Darüber berichtet der Beitrag "[Magnesium phosphoricum – Schüßler Salz Nr. 7](#)".
- Weitere Daten zum "Glucosamine/Chondroitin Arthritis Intervention Trial" (GAIT) finden Sie auf der Internet-Präsenz des "[National Center for Complementary and Alternative Medicine](#)".

Der Artikel **Arthrose: Glucosamin & Chondroitin wirken nicht** in [Orthopädie](#) unterliegt dem Urheberrecht. Jegliche Verwendung dieses Textes, auch auszugsweise, erfordert die vorherige schriftliche Erlaubnis des Autors. Autor des Artikels **Arthrose: Glucosamin & Chondroitin wirken nicht** ist [Dr. Gerald Albach](#).

Google-Anzeigen

[ARTROstar® Das Original](#)

Jetzt auch als classic und compact ARTROstar Ideen bewegen
www.netconcept.de

[MensSana](#)

Nahrungsergänzungsmittel preiswert - sofort lieferbar
www.acculife.de

[Gelenk und Knorpelproblem](#)

Naturprodukte für Schmerzlinderung befreit von Gelenkbeschwerden
www.health-recovery.de

 [Artikel empfehlen!](#)



 [Artikel drucken](#)

 [Artikel versenden](#)

 [Alle Artikel zum Thema](#)

 [Artikel abonnieren](#)