

Selen zeigt Nutzen bei Hashimoto-Thyreoiditis

Patienten mit Hypothyreose aufgrund einer Hashimoto-Thyreoiditis können von einer Selen-Supplementierung profitieren, die als sicher und potentiell krankheitsmodifizierend angesehen wird – so die Ergebnisse einer Metaanalyse von Februar 2024.

Die Autoren führten eine systematische Übersichtsarbeit und Meta-Analyse von randomisierten kontrollierten Studien durch, um die Wirkung einer Selen-Supplementierung auf verschiedene Parameter bei Patienten mit Hashimoto-Thyreoiditis (HT) zu bewerten.¹ HT gilt als häufigste Ursache für Hypothyreose in Jod-suffizienten Gebieten. Selen als essenzieller Biofaktor wird für die Schilddrüsenhormonsynthese und antioxidative Effekte benötigt. Daher könnte Selen eine Rolle in der Behandlung von HT spielen.

Im Einzelnen untersuchten die Autoren die Ergebnisse von 32 randomisierten Placebo-kontrollierten Studien, die eine Selen-Supplementierung mit Placebo bzw. keiner Intervention bei Patienten mit Hashimoto-Thyreoiditis verglichen.

Was sind die Ergebnisse?

- Die Metaanalyse ergab einen signifikanten Rückgang des Thyreotropin-Spiegels (TSH) nach einer Selen-Supplementierung bei Patienten, die sich keiner Schilddrüsenhormonersatztherapie (THRT) unterzogen, im Vergleich zur Kontrollgruppe.
- Außerdem reduzierte eine Selen-Supplementierung signifikant die Thyreoperoxidase-Antikörper (TPO-AK).
- Auch Malondialdehyd, ein Marker für oxidativen Stress, ging nach einer Selen-Supplementation signifikant zurück – und dass sowohl bei Patienten mit und ohne THRT.
- Die unerwünschten Ereignisse waren zwischen den Interventions- und Kontrollgruppen vergleichbar.
- Keine signifikanten Veränderungen wurden in fT4, T4, fT3, T3, TGA, Schilddrüsenvolumen, Interleukin (IL)-2 und IL-10 beobachtet.

Das Fazit der Autoren für die Praxis

Bei Menschen mit Hashimoto-Thyreoiditis ohne THRT war Selen wirksam und sicher in der Senkung von TSH, TPO-AK und MDA. Hinweise für eine Senkung von TPO-AK wurden unabhängig von einer Schilddrüsenhormonersatztherapie gefunden. „Unsere systematische Überprüfung und Metaanalyse liefert wertvolle Erkenntnisse für die klinische Praxis, die Politik und die zukünftige Forschung. Klinisch zeigte die Selen-Supplementierung eine vielversprechende Wirkung bei der Senkung des TSH-Spiegels, insbesondere bei euthyreoten und subklinisch hypothyreoten Personen ohne THRT. ... Am wirkungsvollsten sind wahrscheinlich Selendosen über 100 µg/Tag. Zusammenfassend legt unsere Studie nahe, dass die Selen-Supplementierung sicher ist und Potenzial als krankheitsmodifizierender Faktor für die HT-assoziierte Hypothyreose hat. Weitere Forschung ist erforderlich, um ihre Wirksamkeit, ihren Wirkmechanismus und ihre Kostenwirksamkeit zu bestätigen und zu erläutern“, so das Fazit der Autoren.

Besteht der Verdacht, dass Sie oder Ihre Patienten unter einem Mangel an ausgewählten Biofaktoren leiden? Machen Sie den Biofaktoren-Check und finden Sie Ihr persönliches Risiko heraus.

Am 18. November 2023 fand das 13. Symposium der GfB als Online-Veranstaltung zum Thema „Biofaktoren und Hirnleistung – eine Bestandsaufnahme. Wissenschaftliche Erkenntnisse und fundierte Praxistipps“ statt. Hier finden Sie weitere Informationen.

Literatur:

¹ Huwiler VV et al.: Selenium Supplementation in Patients with Hashimoto Thyroiditis: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Clinical Trials. *Thyroid* 2024 Feb 16. doi: 10.1089/thy.2023.0556. Online ahead of print.