

Kurkumin k léčbě závažné deprese: randomizované, dvojitě slepé, placebem kontrolované studie.

Kurkumin zlepšil zhoršenou hipokampální neurogenezi a zvyšuje receptory serotoninu 1A mRNA v mozku

datum publikace 6 /2014  
Informace o autorovi

1 Škola psychologie a cvičení vědy, Murdoch University, Perth, Western Australia 6150, Austrálie. Elektronická adresa: a.lopresti@murdoch.edu.au.

2. Dopad strategického výzkumného střediska, School of Medicine, Deakin University, Geelong, Victoria, Austrálie; Psychiatrická klinika, Chulalongkorn University, Bangkok, Thajsko.

3 Škola Veterinární a vědy o živé přírodě, Murdoch univerzita, Perth, západní Austrálie 6150, Austrálie.

4 School of Psychiatry & klinických neurověd, Univerzita Západní Austrálie, Perth, Western Australia 6009, Austrálie.

5 Škola psychologie a cvičení vědy, Murdoch University, Perth, Western Australia 6150, Austrálie.

### **Začátek :**

Kurkumin, hlavní curcuminoid odvozený z koření kurkuma, ovlivňuje několik biologických mechanismů, které jsou spojené s velkou depresí a to i u těch, které souvisejí s monoaminergními aktivitami (to jsou skupiny šedých hmot v mozku) dále pro imunitu zánětlivou a oxidační a nitrosativní stresových drah (to je poškození buněk, což způsobuje nitrosativní stres) a také hypotalamus-hypofýza-nadledviny (HPA) aktivita osy a neuroprogression. Tato studie měla podpořit hypotézu, že použití kurkuminu (s vysokým obsahem curcuminoidů) by bylo účinné při léčbě depresivních symptomů u jedinců s těžkou depresí.

### **METODA:**

V randomizované, (zavádějící) dvojitě zaslepené, placebem kontrolované studii na kterou bylo vybráno 56 jedinců s depresivní epizodou a ti byli léčeni kurkuminem (v dávkách po 500 mg dvakrát denně) nebo placebem po dobu až 8 týdnů. Primárním opatřením byl soupis symptomatologie-(skupiny) deprese verze (IDS-SR30). Sekundární výstupy zahrnovaly faktor skóre IDS-SR30 a Spielberger State-Trait Úzkostné Inventory (STAI).

## **VÝSLEDKY:**

Od výchozího stavu do 4 týdne a to jak Kurkumin tak i placebo byly spojeny se zlepšením IDS-SR30 u celkového skóre a většině sekundárních kritérii. Od 4 až 8 týdne byl Kurkumin výrazně účinnější než placebo ve zlepšení nálady a u několika příznaků souvisejících s depresí což dokládá významnou skupinou x interakce čas na IDS-SR30 celkového skóre ( $F_{1, 53} = 4,22, p = 0,045$ ) a IDS-SR30 nálada skóre ( $F_{1, 53} = 6,51, p = 0,014$ ), a non-významný trend pro STAI zvláštnost skóre ( $F_{1, 48} = 2,86, p = 0,097$ ). Větší účinnost léčby curcuminem byla identifikována v podskupině jedinců s atypickými depresemi.

## **ZÁVĚR:**

Je vhodné a účinné používat kurkumin jako částečnou podporu pro jeho antidepresí účinky u to i u lidí s těžkou depresivní nebo úzkostnou poruchou o čemž svědčí tato studie za použití kurkumínu a jeho dávek užívání pro období 4 až 8 týdnů.

Doporučení a omezení :

Pro nejlepší výsledky je potřebné užívat kvalitní a čistý Kurkumin s vysokými hodnotami curcuminoidů. Je také potřeba sledování při užívání větších dávek kurkumínu nad 1200mg a to při delší době léčby. V případě problémů žlučníku a užívání kurkumínu je potřeba sledování a v případě potíží snížit nebo vysadit dávkování.

---

## [Reklama](#)

Nejlepší kurkumin v EU cena poměr kvalita je ...

[Organic Curcumin Extra](#) od Naturgreen ( extrakce probíhá s odrůdy Panangali Kurkuma) ve vegetariánské kapsli po 450 mg s nejvyšším poměrem a účinností 97,90 % Curcuminoidů (standardizováno), které jsou na našem trhu k dispozici doplněná o [piperin 95%](#), který zlepšuje biologickou dostupnost kurkumínu. Další přírodní studiemi podpořené synergie pro zvýšení účinku kurkumínu zakoupíte na [www.naturgren.cz](http://www.naturgren.cz)