

LDN / Low dose Naltrexon

... eine wertvolle Therapie-Option bei verschiedenen Erkrankungen

Der bereits seit 1984 zugelassene Wirkstoff Naltrexon ist ein Endorphinantagonist und wird in hoher Dosierung (50 -150 mg/Tag) als Medikament gegen Alkohol- und Drogenmissbrauch eingesetzt. Im Niedrigdosis-Bereich („low dose Naltrexon“, LDN, 0,5-4,5 mg/Tag) blockiert Naltrexon nur wenige Stunden den Endorphin-Rezeptor und regt damit den Körper an, vermehrt körpereigene Endorphine zu bilden. Der körpereigene ss-Endorphin-Spiegel (OGF=Opioid Growth Faktor) im Blut erhöht sich um das Zwei- bis Dreifache.

Endorphine sind körpereigene Stoffe, die unter anderem stark schmerzlindernd und stimmungsaufhellend wirken. Sie werden im Zentralnervensystem gebildet und zum Beispiel in lebensbedrohlichen Situationen freigesetzt. Neben der schmerzlindernden Wirkung besteht über eine Modulation des Immunsystems ein starker antientzündlicher Effekt, überschüssige Immunreaktionen werden reguliert.

Da die Zulassung von Naltrexon sich auf die oben genannten Indikationen (Alkohol- und Heroinabhängigkeit) beschränkt, handelt es sich bei der LDN-Therapie um einen „off-label-use“, das bedeutet eine Anwendung ausserhalb der offiziellen Zulassung.

Bei welchen Krankheitsbildern kann LDN möglicherweise hilfreich sein?

- Autoimmunerkrankungen (z.B. Hashimoto, Lupus erythematoses, Psoriasis, M. Crohn, Multiple Sklerose)
- Long Covid
- Chronische Erschöpfung, ME (Myalgische Enzephalitis) / CFS (Chronic Fatigue Syndrom)
- Depressionen, verschiedene andere psychiatrische Erkrankungen
- Chronisch entzündliche Erkrankungen, z.B. Rheumatoide Arthritis
- Chronisch persistierende Infektionen, z.B. Epstein Barr Virus, Borreliose, ...
- Chronische Schmerzerkrankungen, z.B. Fibromyalgie
- Tumorerkrankungen (einzelne Fallberichte mit deutlich verlängerter Überlebenszeit bei guter Lebensqualität).

Wie wird LDN eingenommen und wann tritt ein Effekt auf?

Die Einnahme (üblicherweise als Kapsel) erfolgt einmal täglich, optimalerweise spät abends vor dem Schlafengehen. Die Dosis wird über mehrere Wochen langsam nach Rücksprache mit dem Therapeuten gesteigert. Ein erster positiver Effekt kann sich innerhalb von wenigen Wochen einstellen

Kombination mit anderen Medikamenten

Während einer Therapie mit LDN dürfen **keine opioidhaltige Schmerzmittel** eingenommen werden, da sich die Wirkung aufhebt bzw. es zu

Schmerzmittelüberdosierungen mit potentiell lebensbedrohlichen Nebenwirkungen kommen kann!

Risiken und Nebenwirkungen:

Insgesamt ist die Therapie mit LDN gut verträglich und birgt keine grossen Risiken, solange sie nicht mit Opioiden kombiniert wird. In den ersten Wochen kann es zu Schlafstörungen, lebhaften Träumen und/ oder leichteren Magen-Darm-Symptomen kommen, die meist im Verlauf wieder verschwinden.

Ist die Wirkung von LDN wissenschaftlich nachgewiesen?

Es gibt einige Wissenschaftler und Ärzte, vor allem in den USA, die sich mit der Wirkung von LDN beschäftigen. Studien zu verschiedenen Krankheitsbildern finden Sie [hier](#), zahlreiche Fallberichte sowie Interviews und Vorträge von Ärzten (in englischer Sprache) finden Sie unter www.ldnresearchtrust.org.