



**Dr. Tan**

ZENTRUM FÜR NATURHEILKUNDE  
UND SCHMERZTHERAPIE

Düsseldorf



# Herzlich willkommen zur ersten digitalen Selbsthilfegruppen Veranstaltung der Fibromyalgie Liga e.V.; 13. Januar 2024



(Bild:iStock)



# Danksagung zur Selbsthilfegruppen Veranstaltung 13. Januar 2024



(Bild:iStock)

**Herzlichen Dank an meine Kollegin Frau Birgitta Hoffmann, psychologische Diplom Psychotherapeutin aus Neuss für Ihren Präsentationsbeiträge an diesem Tag**

**und**

**Der Fibromyalgie Liga e.V. vertreten durch Frau Jäger und Frau Rademacher**

**und**

**den „helfenden Händen im Hintergrund“ !**

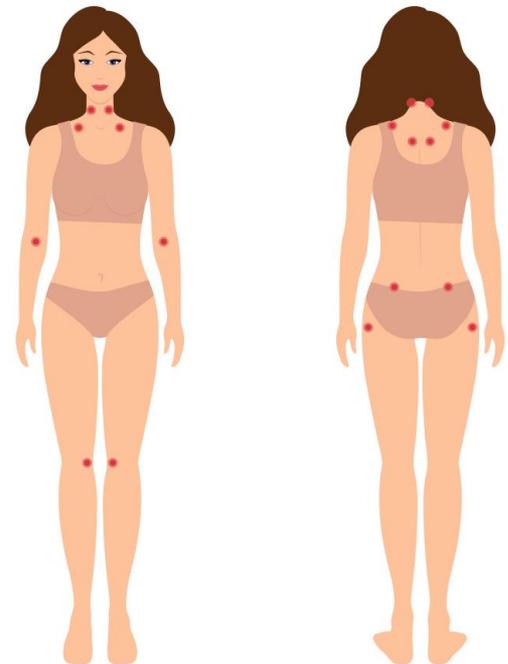
**Dr. med Linda Tan, Fachärztin für Allgemeinmedizin mit dem Schwerpunkt Schmerztherapie.  
Kassenärztlich seit 10/2011 niedergelassen in Düsseldorf.**

**Es bestehen keine Interessenkonflikte der Vortragenden**



# Kleine Einführung in die Leitlinien und neue Therapieoptionen der Fibromyalgie

- **Fibromyalgie Leitlinien und Therapieempfehlungen**
- **Cannabis Therapie bei Fibromyalgie**
- **Low Dose Naltrexon Therapie bei Fibromyalgie**



(Bild:iStock)



# Fibromyalgie Leitlinien und Schlafstörungen

Quelle: AWMF- und DGS-Leitlinien (2017)

## Chronic Wide Spread Pain (CWP) schon 1990 klassifiziert durch ACR:

- > 3 Monate Schmerzen in der Wirbelsäule (HWS oder BWS oder LWS)
- **UND** in der rechten **und** linken Körperhälfte
- **UND** oberhalb **und** unterhalb der Taille
- + **Müdigkeit** (seelisch oder körperliche)
- + **Schlafstörungen/nicht erholsamer Schlaf**
- + **Schwellung / Steifigkeit** (Hände / Füße / Gesicht)
- + weitere vegetative und psychologische Symptome...

# „Aufräumen“ mit Mythen rund ums Fibromyalgiesyndrom (Bild:iStock)





# „Aufräumen“ mit Mythen rund ums Fibromyalgiesyndroms

## Das Fibromyalgiesyndrom:

- ist **keine** entzündliche rheumatische Erkrankung
- ist **keine** Autoimmunerkrankung oder entzündliches Rheuma, auch wenn es im Volksmund „Weichteilrheuma“ genannt wird
- verändert **nicht** die Anatomie der Gelenke
- verkürzt **nicht** die Lebenszeit

**Fibromyalgie ist am ehesten zu werten als chronische Schmerzerkrankung, die meist schubförmig auftritt.**

Trigger können Stress, Wetterwechsel, Nahrungsmittel, Hormonumstellungen  
...sein)



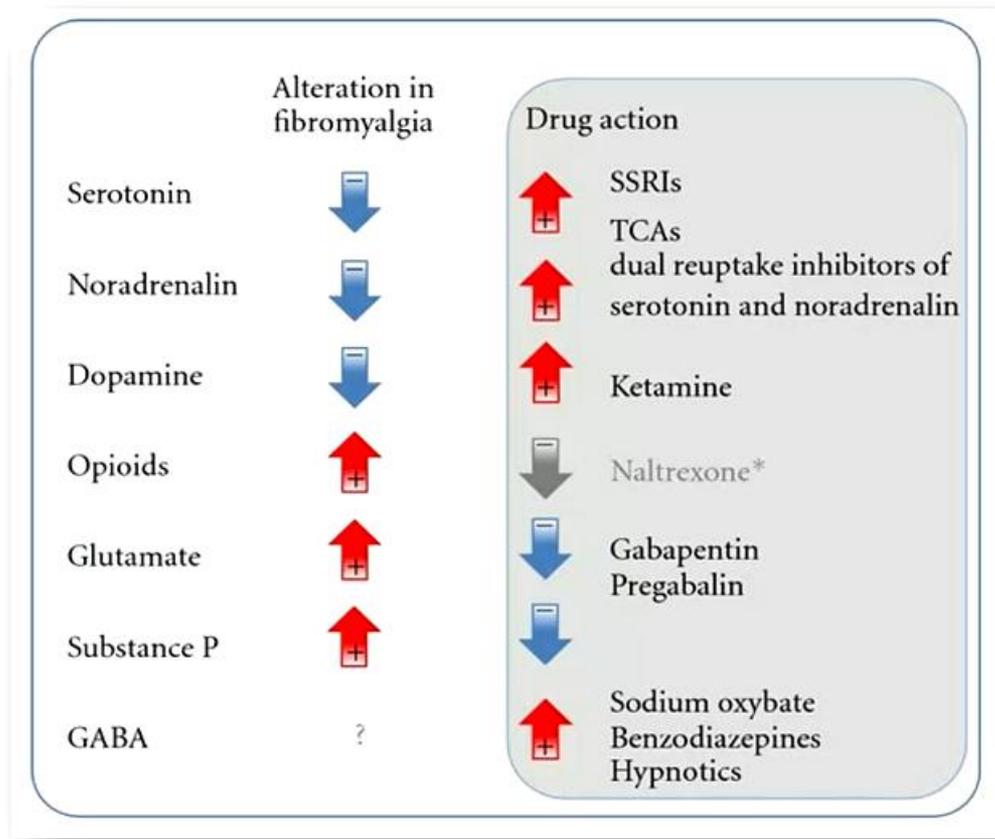
# „Aufräumen“ mit Mythen rund ums Fibromyalgiesyndroms (Bild:iStock)



Es **müssen** keine Triggerpunkte  
druckschmerzhaft sein !



# Dysfunktionales Neurotransmittersystem bei Fibromyalgie



Becker S, Schweinhardt P. Dysfunctional neurotransmitter systems in fibromyalgia, their role in central stress circuitry and pharmacological actions on these systems. Pain Res Treat. 2012;2012:741746

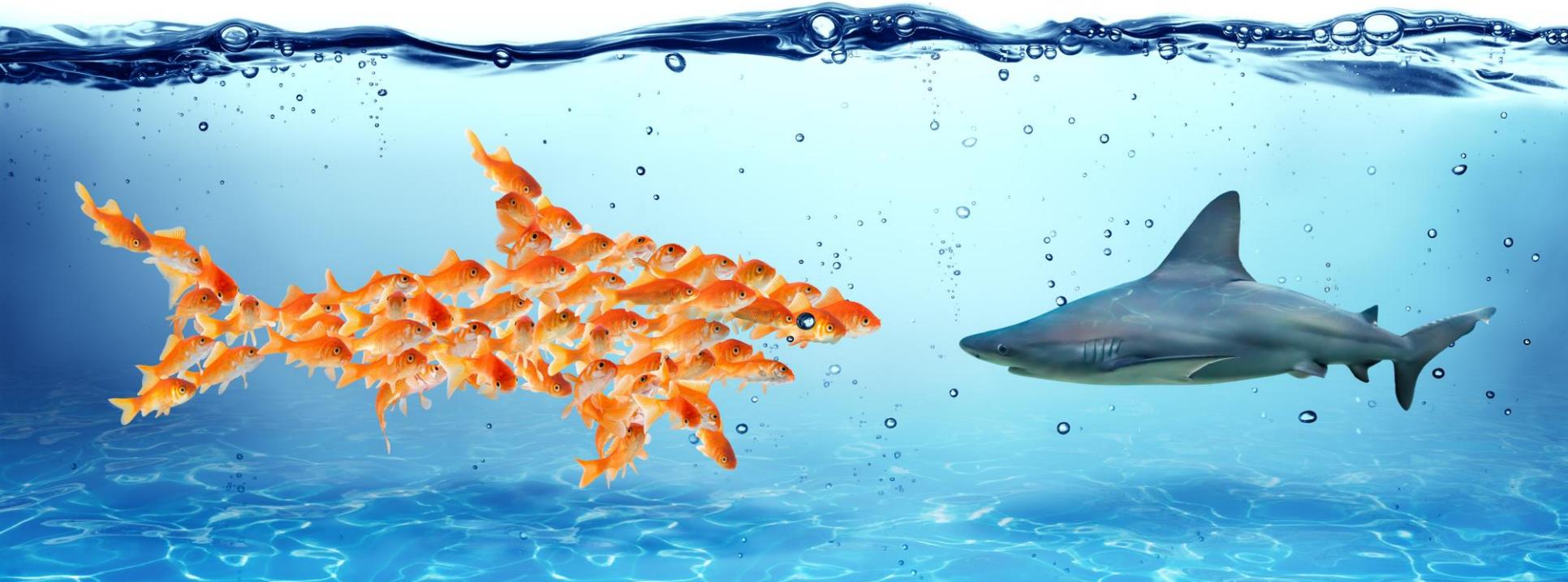


# Pathophysiologie des Fibromyalgiesyndroms

- zentrale Schmerzsensibilisierung
  - N-Acetylaspartat (Neurotransmitter) im Hippocampus erhöht (auch bei chronischen Stress gesehen)
  - verändertes autonomes sympathisches Nervensystem (unbewusstes Nervensystem bei Stress oder Flucht)
  - In der Studienforschung: Erkrankung der „kleinen“ sensorischen Nervenfaserverendigungen = „Small Fibre Erkrankung“ (auch bei Gürtelrosenschmerz oder nicht schmerzhaften M. Parkinson)
  - Lernmechanismen (Konditionierung)
- Das Ausbilden des FMS ist am ehesten als „Endstrecke“ vieler organischer, psychologischer und bio-sozialer Faktoren anzusehen**



# Multimodale Therapieansätze greifen besser bei Fibromyalgie (Bild:iStock)





# Multimodale Therapieansätze greifen besser bei Fibromyalgie

- Sowohl Information über das Krankheitsbild (Selbsthilfeaktivität), körperliche Eigenübungen, physiotherapeutische und psychologische Therapieverfahren werden empfohlen.



- Auch medikamentöse Maßnahmen (vor allem Antidepressiva und Nervenschmerzmittel) können hilfreich sein.

(Bild:iStock)



# „Neue“ Therapieansätze bei Fibromyalgie - Die Cannabis Therapie - (Bild:iStock)





# Begriffsklärung Cannabis....

**Cannabis** = Gattung der Hanfpflanzen

**Marihuana (Gras, Weed, Pot):**

getrocknete Pflanzenteile – zumeist Blüten der weiblichen Hanfpflanze

**Haschisch (Hasch, Shit, Dope, Piece):**

zu braunen, harten Platten gepresstes Harz weiblicher Hanfblüten

Seit 10. März 2017 von den Kassen erstattungsfähig nach Antrag oder im Rahmen einer Spezialisierten ambulanten palliativen Versorgung (SAPV) auch seit 16.03.23 ohne Antrag möglich.

Cannabis Präparate müssen mind. 0,2% THC enthalten für die Erstattung - reine CBD-Produkte sind nicht erstattungsfähig.



(Bild:privat)



# Wirkweise von Cannabis

THC = Tetrahydrocannabinol

CBD = Canabidiol



Cannabinoid-Rezeptoren

- im Gehirn (CB-1)
- Peripherie des Körpers (CB-2)



- Glücksgefühl / Rausch
- Schmerzreduktion
- Entspannung
- Heißhunger
- Kurzzeitgedächtnisstörungen

- entkrampfend
- beruhigend
- entzündungshemmend im ZNS
- Appetitsteigerung
- verbesserte Verträglichkeit von THC



# Wirksamkeit der Cannabis Therapie

(nach der DGS-Praxisleitlinie Schmerzmedizin, Graphik mit Dank von Dr. med Norbert Schürmann)

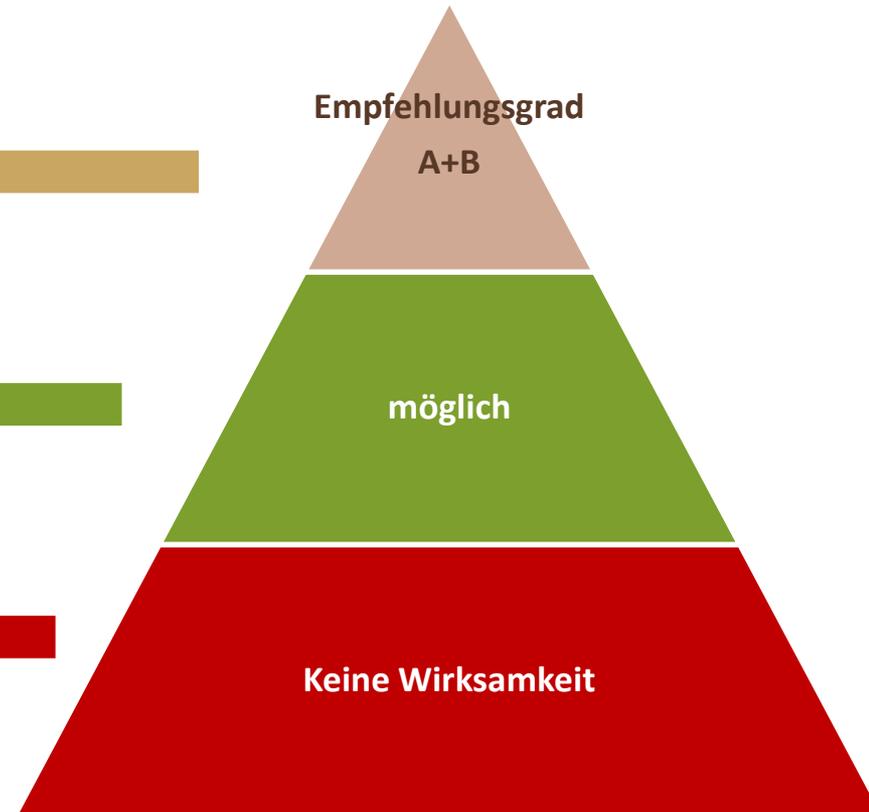
## Chronische Schmerzen

Spasmen bei MS  
Erbrechen bei Chemotherapien und Palliativpatienten  
Appetitsteigerung bei HIV/AIDS/  
Tumorerkrankungen  
Epilepsien  
Darmerkrankungen- M.Crohn

Angststörungen  
Schlafstörungen  
Rheumatische Schmerzen

## Fibromyalgie

Depressionen  
Psychosen  
Glaukom





# Auf die Einnahmeart kommt es an !

(Tabelle mit Dank von Dr. med Norbert Schürmann)

Einnahme- Art Cannabis	Aktion von Cannabis im Körper	
	Beginn (min)	Dauer (h)
Geraucht	5	2 – 4
Verdampft	5	2 – 4
Gekocht	30 – 60	8 – 12
Öl	30 – 60	8 – 12
Tee	30 – 60	8 – 12
Nabilon	60 – 90	8 – 12
Dronabinol	30 – 60	4 – 6



(Bild:iStock)



# „Neue“ Therapieansätze bei Fibromyalgie - Die **Low Dose Naltrexon (LDN)** Therapie -

## Naltrexon

- 1963 synthetisierter Opioidantagonist
- zugelassen in Deutschland bei Opiat- und Alkoholabhängigkeit
- weniger Ausstoß von Entzündungsmediatoren

### in hohen Dosen

- Blockierung von Opiat-rezeptoren,
- dadurch therapeutisch bei Überdosen



Aufklaren bei Überdosen von Opiaten oder Alkohol

### in niedrigen Dosen

- nur zeitlich kurze Blockade der Opiatrezeptoren
- dadurch erhöhte Sensibilisierung der Rezeptoren



Schmerzlinderung, weniger Müdigkeit, Aktivierung Immunsystem



# Die **Low Dose Naltrexon (LDN)** Therapie

- Off label use = Kosten für das Präparat werden nicht von der GKV oder privaten Versicherungen übernommen
- Kosten = ca. 50 Euro für 1,5 Monate Therapie
- Wirkbeginn = häufig erst nach ca. 5 Wochen bei ansteigenden Dosen
- Mögl. Nebenwirkungen = Herzrasen / Herzstolpern, Magen-Darm-Krämpfe, Kopfschmerzen insbesondere bei Dosiserhöhung, meist rückläufig nach 1-2 Tagen, sonst Präparat absetzen



# Die Low Dose Naltrexon (LDN) Therapie

aerzteblatt.de

/ Ärzteblatt / cme / Arztstellen / Studieren / English Edition

Home Archiv News Themen DÄ plus Politik Mediz

News > Medizin > Fibromyalgie: Niedrig dosiertes Naltrexon nicht besser als Placebo

Medizin

## Fibromyalgie: Niedrig dosiertes Naltrexon nicht besser als Placebo

Dienstag, 2. Januar 2024



Newsletter abonnieren

Zur Startseite

Eine dänische Studie mit

- 100 Fibromyalgie Patientinnen
- haben über 12 Wochen
- 6 mg Naltrexon oder ein Placebo bekommen.

➔ Es gab keine signifikanten Unterschiede in der Schmerzreduktion

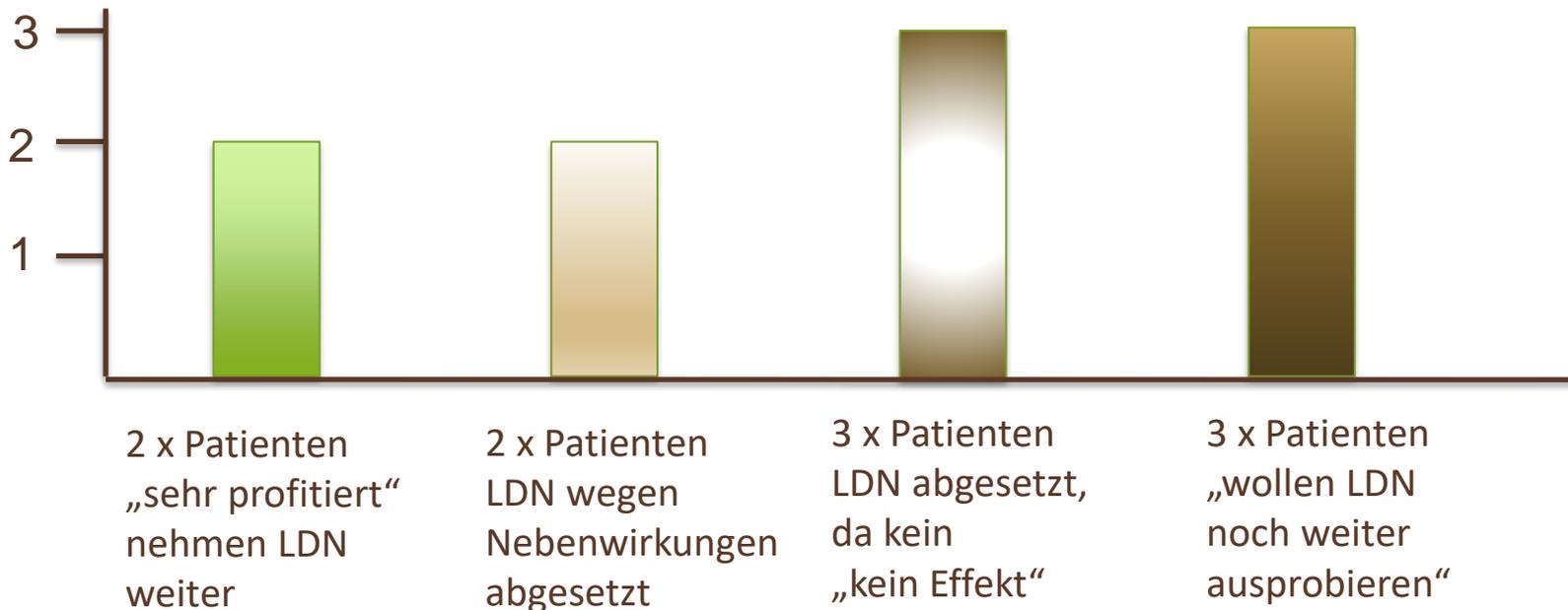
(The Lancet Rheumatology präsentiert (2023, DOI: [10.1016/S2665-9913\(23\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2665-9913(23)00278-3)).



# Die **Low Dose Naltrexon (LDN)** Therapie

## Erfahrungen in der Praxis Dr. Tan

- Seit April 2023 bis dato 1 Mann und 9 Frauen LDN (max 4,5 mg/d) rezeptiert





## Take Home Message

- Fibromyalgie ist eine Erkrankung, die den gesamten Körper im Sinne eines Wide Spread Pain Syndromes betrifft (häufig schubförmiger Verlauf).
- Sie wird nach der Klinik gestellt und verändert weder die Anatomie von Gelenken noch verkürzt sie die Lebenserwartung.
- Das Ausbilden des FMS ist am ehesten als „Endstrecke“ vieler organischer, psychologischer und bio-sozialer Faktoren anzusehen.
- Sowohl Information über das Krankheitsbild (Selbsthilfeaktivität), körperliche Eigenübungen, physiotherapeutische, psychologische und medikamentöse Therapieverfahren werden empfohlen.
- Auch eine orale – nicht inhalative Cannabis Therapie kann therapeutisch lindernd wirken („mögliche“ Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Schmerztherapie).
- Zudem gibt es widersprüchliche Studien, die einen Nutzen von einer „Low Dose Naltrexon Therapie“ vermuten lassen. Diese Verwendung ist noch experimentell, jedoch nebenwirkungsarm. Die Kosten werden nicht von der GKV/P übernommen.



Danke schön für Ihre Aufmerksamkeit !



(Bild:privat)