



## Lichttherapie lindert Erschöpfungssyndrom bei Multipler Sklerose

(Wien, 12-12-2022) Multiple Sklerose (MS) wird so gut wie immer von Fatigue begleitet, einer massiven Müdigkeit, die von der überwiegenden Zahl der Patient:innen als das am meisten belastende Symptom beschrieben wird. In einer aktuellen wissenschaftlichen Untersuchung förderte eine Forschungsgruppe um Stefan Seidel von der Universitätsklinik für Neurologie von MedUni Wien und AKH Wien die Lichttherapie als vielversprechende nicht-medikamentöse Behandlungsoption zu Tage: Schon nach 14 Tagen Anwendung trat bei den in die Studie eingeschlossenen Patient:innen eine messbare Besserung ein. Die Studienergebnisse wurden kürzlich im *Multiple Sclerosis Journal – Experimental, Translational and Clinical* publiziert.

Bei der Wahl der Proband:innen setzte das Forschungsteam um Stefan Seidel erstmals nicht nur auf Befragungen, sondern auch auf objektive Messungen. So wurden bei den 26 teilnehmenden MS-Patient:innen insbesondere mit Hilfe verschiedener schlafmedizinischer Untersuchungen Schlaf-Wach-Störungen ausgeschlossen. „Dadurch haben wir sichergestellt, dass die MS-Patient:innen mit Fatigue zum Beispiel nicht unter einer Schlafapnoe oder periodischen Beinbewegungen im Schlaf leiden. Beides sind Schlafstörungen, die im Alltag zu Fatigue führen können“, präzisiert Studienleiter Stefan Seidel.

### Verbesserung der Leistungsfähigkeit

Die Proband:innen – allesamt Patient:innen der Universitätsklinik für Neurologie von MedUni Wien und AKH Wien – wurden für die Selbstanwendung zu Hause mit handelsüblichen Lichtquellen ausgestattet: Die Hälfte der Teilnehmer:innen erhielt eine Tageslichtlampe mit einer Helligkeit von 10.000 Lux, die andere Hälfte eine baugleiche Lampe, die aufgrund eines Filters ein rotes Licht mit einer Intensität von <300 Lux abgab. Während das von der Kontrollgruppe eingesetzte rote Licht keine Auswirkungen zeitigte, konnten die Forscher:innen bei der anderen Gruppe bereits nach 14 Tagen messbare Erfolge feststellen: Die Teilnehmer:innen, die täglich eine halbe Stunde ihre 10.000 Lux-Tageslichtlampe benützten, wiesen nach dieser kurzen Zeitspanne bereits eine verbesserte körperliche und geistige Leistungsfähigkeit auf. Weiters fiel in der Gruppe der Teilnehmer:innen, die helles Licht konsumiert hatten, im Vergleich zur anderen Gruppe eine niedrigere Tagesschläfrigkeit auf.

### Bis zu 99 Prozent Betroffene

Fatigue ist eine starke Ausprägung von Müdigkeit und Ermüdbarkeit, die bei 75 bis 99 Prozent der MS-Patient:innen auftritt und als besonders belastend beschrieben wird. Als Ursache wird die durch MS ausgelöste Nervenschädigung diskutiert. Neben Verhaltensmaßnahmen wie regelmäßigen Ruhepausen stehen zur Linderung von Fatigue



derzeit verschiedene Medikamente zur Verfügung, die aber teils mit starken Nebenwirkungen verbunden sind. „Die Erkenntnisse aus unserer Studie stellen einen vielversprechenden nicht-medikamentösen Therapie-Ansatz dar“, bekräftigt Stefan Seidel. Die Ergebnisse müssen allerdings noch in Folgestudien größeren Ausmaßes bestätigt werden. Auch die genauen Hintergründe der belebenden Wirkung von Lichttherapie bei MS-Patient:innen soll Gegenstand weiterer wissenschaftlicher Untersuchungen sein.

**Publikation: Multiple Sclerosis Journal – Experimental, Translational and Clinical**

Bright light therapy as a non-pharmacological treatment option for multiple sclerosis-related fatigue: A randomized sham-controlled trial;

Lisa Voggenberger, Marion Böck, Doris Moser, Gudrun Lorbeer, Patrick Altmann, Fritz Leutmezer, Thomas Berger, Stefan Seidel;

doi: 10.1177/20552173221133262

**Rückfragen bitte an:**

Mag. Johannes Angerer  
**Medizinische Universität Wien**  
**Leiter Kommunikation und**  
**Öffentlichkeitsarbeit**  
Tel.: 01/ 40 160 11 501  
E-Mail: [pr@meduniwien.ac.at](mailto:pr@meduniwien.ac.at)  
Spitalgasse 23, 1090 Wien  
[www.meduniwien.ac.at/pr](http://www.meduniwien.ac.at/pr)

Karin Fehringer, MBA  
**Universitätsklinikum AKH Wien**  
**Leiterin Informationszentrum und PR**  
Wiener Gesundheitsverbund  
Tel.: +43 1 404 00-12160  
E-Mail: [presse@akhwien.at](mailto:presse@akhwien.at)  
Währinger Gürtel 18-20, 1090 Wien  
[www.akhwien.at/presse](http://www.akhwien.at/presse)

**Medizinische Universität Wien – Kurzprofil**

Die Medizinische Universität Wien (kurz: MedUni Wien) ist eine der traditionsreichsten medizinischen Ausbildungs- und Forschungsstätten Europas. Mit rund 8.000 Studierenden ist sie heute die größte medizinische Ausbildungsstätte im deutschsprachigen Raum. Mit 6.000 Mitarbeiter:innen, 30 Universitätskliniken und zwei klinischen Instituten, 13 medizinteoretischen Zentren und zahlreichen hochspezialisierten Laboratorien zählt sie zu den bedeutendsten Spitzenforschungsinstitutionen Europas im biomedizinischen Bereich. Die MedUni Wien besitzt mit dem Josephinum auch ein medizinhistorisches Museum.

**AKH Wien – Kurzprofil**

Im Universitätsklinikum AKH Wien des Wiener Gesundheitsverbundes werden jährlich rund 80.000 Patient:innen stationär betreut. Die Ambulanzen und Spezialambulanzen des AKH Wien werden zusätzlich etwa 1,2 Mio. Mal frequentiert. Gemeinsam mit den Ärzt:innen der MedUni Wien stehen für die Betreuung unserer Patient:innen rund 3.000 Krankenpflegepersonen, über 1.000 Angehörige der medizinischen, therapeutischen und diagnostischen Gesundheitsberufe und viele weitere Mitarbeiter:innen der verschiedensten Berufsgruppen zur Verfügung.