Post-COVID-Syndrom: Kann niedrig dosiertes Cortison die Beschwerden lindern?

Eine der ersten großen Therapiestudien zu Post-COVID in Deutschland: In der PreVitaCOV-Studie haben drei Institute für Allgemeinmedizin unter Federführung des Uniklinikums Würzburg (UKW) Prednisolon und B-Vitamine bei mehreren hundert Patientinnen und Patienten getestet. Unter niedrig dosiertem Prednisolon gingen die Symptome nach vier Wochen statistisch signifikant stärker zurück als ohne – am deutlichsten bei der Fatigue. Ob der Effekt im Alltag spürbar ins Gewicht fällt, bleibt jedoch offen. Die Ergebnisse sind im Fachjournal eClinicalMedicine erschienen.

Anhaltende Erschöpfung, Atemnot, Konzentrationsprobleme, Ängste oder gedrückte Stimmung: Viele Menschen leiden noch Monate nach einer Corona-Infektion unter Beschwerden, die ihren Alltag deutlich einschränken. Erste Anlaufstelle sind meist die Hausarztpraxen. Doch belastbare Daten, welche Behandlung wirklich hilft, sind nach wie vor rar.

Hausärztliche Forschung im Verbund

Genau hier setzt die PreVitaCOV-Studie an. Koordiniert vom Institut für Allgemeinmedizin des Uniklinikums Würzburg haben die Institute für Allgemeinmedizin der Universitätsklinika Würzburg, Tübingen und Schleswig-Holstein (Campus Kiel) gemeinsam eine der ersten medikamentösen Therapiestudien zum Post-COVID-Syndrom in Deutschland durchgeführt - und das mit einer für dieses Krankheitsbild großen Fallzahl von 323 Patientinnen und Patienten, die über Hausarztpraxen gewonnen und in den drei Studienzentren behandelt wurden. Weitere Partner waren die Zentrale für Klinische Studien des UKW, das Institut für Klinische Pharmakologie der Medizinischen Hochschule Brandenburg und die Apotheken der Charité sowie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf. Das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) hat das Vorhaben gefördert.

„Menschen mit Post-COVID kommen zuerst zu uns in die Hausarztpraxis. Deshalb war es uns wichtig, eine Therapie genau dort zu prüfen, wo die Betroffenen versorgt werden – mit Medikamenten, die seit Jahrzehnten bekannt, günstig und gut verfügbar sind“, sagt Prof. Dr. Ildikó Gágyor vom Institut für Allgemeinmedizin des UKW, die den Studienverbund leitet.

Prednisolon und Vitamine gegen Placebo

In die doppelblinde, placebo-kontrollierte Studie wurden Erwachsene aufgenommen, deren nachgewiesene SARS-CoV-2-Infektion mindestens zwölf Wochen zurücklag und die weiterhin unter typischen Post-COVID-Beschwerden litten. Die Mehrheit der Teilnehmenden waren Frauen. Per Zufall wurden sie einer von vier Gruppen zugeteilt und erhielten 28 Tage lang:

- niedrig dosiertes Prednisolon,
- eine Kombination der Vitamine B1, B6 und B12,
- beides zusammen oder
- ein Scheinmedikament (Placebo).

Die Hypothese: Prednisolon könnte als entzündungshemmender Wirkstoff anhaltende Entzündungsprozesse dämpfen, die als eine mögliche Ursache des Post-COVID-Syndroms diskutiert werden. B-Vitamine wiederum gelten als nervenschützend. Gemessen wurde, wie stark sich die Beschwerden in fünf typischen Bereichen - Fatigue, Atemnot, Denk- und Konzentrationsvermögen, Angst und Depression - innerhalb von 28 Tagen veränderten.

Messbarer Effekt, vor allem bei der Fatigue

Das Ergebnis: Die Teilnehmenden, die Prednisolon erhielten, berichteten nach vier Wochen über eine signifikant stärkere Linderung ihrer Beschwerden als jene ohne Prednisolon. Am deutlichsten zeigte sich der Unterschied bei der Fatigue, also der krankhaften Erschöpfung, die viele Betroffene als besonders belastend erleben. Für die B-Vitamine ließ sich dagegen kein

nennenswerter Nutzen nachweisen. Die geprüften Medikamente wurden in allen Gruppen gleich gut vertragen.

Signifikant – aber reicht das?

Die Forschenden ordnen das Ergebnis bewusst zurückhaltend ein. Zwar ist der Unterschied statistisch abgesichert. Er fällt jedoch so klein aus, dass unklar bleibt, ob Betroffene ihn in ihrem Alltag als spürbare Verbesserung erleben. Die vorab festgelegte Schwelle für eine klinisch relevante Verbesserung wurde nicht erreicht.

„Unsere Studie zeigt, dass niedrig dosiertes Prednisolon die Beschwerden, insbesondere die Erschöpfung, kurzfristig lindern kann. Eine Empfehlung für die breite Anwendung lässt sich daraus aber noch nicht ableiten - dafür ist der Effekt zu gering, und nach dem Absetzen verschwand der Effekt wieder“, erläutert Professorin Hanna Kaduszkiewicz aus Kiel. Nötig seien weitere Studien, etwa mit längerer Behandlungsdauer oder für gezielt ausgewählte Patientengruppen, die besonders profitieren könnten. „Wir müssen noch besser verstehen, bei welchen Patientinnen und Patienten Prednisolon am Ende hilfreich sein könnte. Dazu erhoffen wir uns neue Erkenntnisse, sobald die Untersuchungen der Blutproben vorliegen“, sagt Professorin Stefanie Joos aus Tübingen.

Dennoch sehen die Beteiligten in PreVitaCOV einen wichtigen Schritt: „Wir haben gezeigt, dass hochwertige Therapiestudien zu Post-COVID in der hausärztlichen Versorgung möglich sind. Nahezu alle Teilnehmenden sind bis zum Ende dabeigeblieben - ein großer Vertrauensbeweis der Patientinnen und Patienten“, sagt Andreas Klug aus dem Würzburger Team.

Publikation

Ildikó Gágyor, Andreas Klug, Alexander Schwager, Götz Gelbrich, Stefanie Joos, Cornelia Fießler, Karl Georg Haeusler, Laura Lunden, Catharina Escales, Juliane Döhring, Celine Kutterer, Yvonne Kaußner, Walter Maetzler, Oliver Zolk, Christian Förster, Hanna Kaduszkiewicz: Low-dose prednisolone and B vitamins for post-COVID-19 syndrome in Germany: the PreVitaCOV randomised clinical trial. eClinicalMedicine 026;101: 104264.

DOI:10.1016/j.eclinm.2026.104264

Pressemitteilung

02.11.2026
Quelle: Universitätsklinikum Tübingen

Weitere Informationen

- Universitätsklinikum Tübingen