Erba di San Giovanni per la depressione

Data 10 agosto 2009
Categoria psichiatria_psicologia

Secondo una revisione sistematica Cochrane l'iperico è efficace come gli antidepressivi e più efficace del placebo nel trattamento della depressione maggiore.

Questa revisione sistematica Cochrane aveva lo scopo di determinare se l'iperico (Hypericum perforatum), conosciuto volgarmente come erba di San Giovanni, sia o meno efficace per la depressione. Sono stati inclusi nell'analisi solo RCT in doppio cieco che avevano reclutato pazienti con depressione maggiore e nei quali l'iperico era stato paragonato a placebo oppure a farmaci antidepressivi. La ricerca ha permesso di ritrovare 29 trials (5489 pazienti). Gli studi di paragone con il placebo erano caratterizzati da elevata eterogeneità. Nei 9 studi più ampi la risposta all'iperico risultò migliore rispetto al placebo (rate ratio 1,28; 1,10-1,49), mentre nei 9 trials più piccoli l'effetto dell'erba di San Giovanni risultò ancora maggiore (RR 1,87; 1,22-2,87).
Risultati omogenei mostrarono invece gli RCT in cui l'iperico venne paragonato agli antidepressivi.
Rispetto ai triciclici e ai tetraciclici la risposta era simile (RR 1,02; 0,90-1,15; 5 RCT), così come rispetto agli SSRI (RR 1,00; 0,90-1,11; 12 RCT).
Gli studi effettuati in paesi di lingua tedesca riportavano risultati più favorevoli all'iperico. Gli abbandoni per effetti collaterali furono meno frequenti con l'iperico che con gli antidepressivi: OR 0,24 (0,13;-0,46) nel confronto con gli antidepressivi più datati e OR 0,53 (0,34-0,83) per gli SSRI.
Gli autori concludono che le evidenze disponibili suggeriscono che, nella depressione maggiore, l'erba di San Giovanni è superiore al placebo ed efficace come gli antidepressivi standard, con un minor rischio di effetti collaterali.

Fonte:

Linde K et al. St John's wort for major depression. Cochrane Database of Systematic Reviews 2008, Issue 4. Art. No.: CD000448. DOI: 10.1002/14651858.CD000448.pub3.

Commento di Renato Rossi

In una revisione precedente Linde e Coll. avevano trovato che l'iperico migliora i sintomi depressivi più del placebo e con un'efficacia simile ai farmaci. Tuttavia gli autori suggerivano cautela nell'interpretare questi risultati in quanto le dosi dei farmaci e le prepararazioni usate di erba di San Giovanni erano molto variabili. Inoltre venivano avanzati dubbi circa la qualità metodologica di molti studi. L'aggiornamento ora pubblicato conferma l'efficacia dell'iperico, anche se mette in evidenza una spiccata eterogeneità tra gli RCT di paragone con il placebo e il fatto che risultati maggiormente positivi si sono avuti nei trials effettuati in paesi di lingua tedesca, il che non rende facile l'interpretazione dei dati finali. In ogni caso l'iperico potrebbe risultare un' alternativa ragionevole nei pazienti che non vogliono assumere farmaci, in quelli che sviluppano effetti collaterali alle terapie standard o presentano delle controindicazioni. Va considerato però che gli studi sull'erba di San Giovanni sono stati effettuati in pazienti con depressione maggiore, per cui non è noto se la stessa efficacia sia replicabile nelle forme depressive più lievi che si vedono spesso in Medicina Generale. Non va taciuto poi che l'iperico può avere un effetto di induzione su enzimi epatici implicati nel metabolismo di molti farmaci, per cui si potrebbero verificare interazioni avverse nei pazienti in politerapia farmacologica. Per esempio sono state segnalate riduzioni delle concentrazioni ematiche di ciclosporina, del warfarin, di alcuni inibitori delle proteasi, della digoxina, della teofillina e dell'amitriptilina. Interazioni sono state segnalate anche con i contraccettivi orali (perdite ematiche) e con SSRI (aumento della tossicità), con atorvastatina (aumento del colesterolo LDL e del colesterolo totale). E' opportuno quindi che il medico che consiglia l'iperico consideri attentamente la possibilità di interazioni se il paziente è in trattamento con altri farmaci.

Referenze

1. Linde K et al. St John's Wort for depression. In: The Cochrane Library, Issue 2, 2005. Chichester, UK: John Wiley & Sons, Ltd.

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 22/11/2026 alle ore 1:36 | Pagina 1 di 1