



DOSSIER · NATURSTOFF

BPC-157

BPC-157 ist ein synthetisches Peptid aus 15 Aminosäuren; kontrollierte Studien am Menschen fehlen, die meisten Befunde stammen aus Tierversuchen.

220

STUDIEN
INSGESAMT

21

AM MENSCHEN

1

DAVON
KONTROLLIERT

135

AN TIEREN

7

IM LABOR

Zahlen aus der IHR-Studiendatenbank · Stand 2026-10-15

So lesen Sie dieses Dossier

BELEGT

am Menschen gemessen, mit
Vergleichsgruppe

PLAUSIBEL

gestützt durch Wirkmechanismus,
Tierversuch oder Beobachtung

VERMUTUNG

ein naheliegender Zusammenhang,
der noch geprüft werden muss

BPC-157 auf einen Blick

Für Sehnen, Bänder und Muskeln liegen keine kontrollierten Studien am Menschen vor; Übersichten beschreiben bessere Heilung in Tierversuchen ¹⁸. Für Gelenke und Schmerz fehlen kontrollierte Vergleiche; in einer rückblickenden Auswertung ohne Vergleichsgruppe berichteten 7 von 12 Patienten über Schmerzlinderung nach Injektion ins Knie ¹. Eine Fallserie beschreibt Schmerzbesserung nach Injektion ins Gelenk mit BPC-157 allein oder kombiniert mit Thymosin-beta-4 (TB4) ⁴. Klinische Sicherheitsdaten fehlen weitgehend ¹; zwei Übersichtsarbeiten nennen keine Nebenwirkungen ¹⁰¹¹, ärztliche Unterlagen von Anwendern vereinzelte Beschwerden ³.

BPC-157: ausgewertet wurden 13 Studien am Menschen, darunter eine Metaanalyse oder systematische Übersicht; kontrollierte Studien am Menschen gibt es bisher nicht. Stand: 3. Oktober 2026.

1. Was ist BPC-157? Vorkommen, Herkunft und Formen

BPC-157 (Body Protection Compound 157) ist ein im Labor hergestelltes Peptid aus 15 Aminosäuren. Seine Abfolge entspricht einem Abschnitt eines Eiweißes, das im menschlichen Magensaft vorkommt; in dieser Form kommt das Peptid im Körper selbst nicht vor. BPC-157 kommt in Lebensmitteln nicht vor. Es wird ausschließlich chemisch hergestellt. Hergestellt wird es durch Peptidsynthese. Angeboten wird es meist als Pulver zum Auflösen für Spritzen sowie in Kapseln; als Arzneimittel ist es nicht zugelassen. Die Forschung stammt überwiegend aus Tierversuchen.

Untersuchte Formen und Zubereitungen

- Spritze unter die Haut, in den Muskel oder ins Gelenk
- Einnahme als Kapsel oder Lösung
- Mischpräparate mit BPC-157 – die übrigen Bestandteile werden jeweils genannt

Nicht gemeint sind auf dieser Seite:

- Andere Peptide wie TB-500 (Thymosin beta-4), wenn BPC-157 nicht dabei ist

2. Wie wirkt BPC-157? Ergebnisse nach Anwendungsgebiet

ANWENDUNGSGEBIET	ERGEBNIS IN KONTROLLIERTEN STUDIEN	BEWEISKRAFT	STUDIEN	TEILNEHMER
Sehnen, Bänder und Muskeln	nur Übersichten	unklar	0 Metaanalysen · 0 kontrolliert · 3 weitere	0
Gelenke und Schmerz	nur Beobachtungsdaten	unklar	0 Metaanalysen · 0 kontrolliert · 5 weitere	0
Magen und Darm	nur Übersichten	unklar	0 Metaanalysen · 0 kontrolliert · 3 weitere	0
Blutgefäße und Wundheilung	nur Übersichten	unklar	0 Metaanalysen · 0 kontrolliert · 4 weitere	0
Weitere Messgrößen	nur Beobachtungsdaten	unklar	0 Metaanalysen · 0 kontrolliert · 8 weitere	0

So lesen Sie die Tabelle: Gezählt werden Studien am Menschen, deren Ergebnisse das jeweilige Gebiet betreffen. „Hoch“ heißt: mindestens eine Metaanalyse und zwei kontrollierte Studien mit Verbesserung, oder mindestens drei kontrollierte Studien, von denen drei Viertel eine Verbesserung zeigen, mit zusammen mindestens 300 Teilnehmern. „Mittel“ heißt: mindestens zwei kontrollierte Studien mit Verbesserung, und zwar mehrheitlich, oder eine Metaanalyse neben kontrollierten Studien. „Gering“ heißt: eine kontrollierte Studie mit Verbesserung. Gibt es in einem Gebiet keine kontrollierte Studie, ist die Beweiskraft höchstens „gering“ (Ergebnis „nur Übersichten“ oder „nur Beobachtungsdaten“). Alles andere ist „unklar“. Eine Studie zählt als Verbesserung, wenn mindestens die Hälfte ihrer Messgrößen in diesem Gebiet besser ausfiel. Übersichten über Mischpräparate zählen nicht als Metaanalyse; Ergebnisse, die nur Nebenwirkungen oder Anteile von Anwendern beschreiben, zählen nicht als Wirkung. Dieselbe Studie zählt nur einmal.

3. Was die Studien im Einzelnen zeigen

BPC-157, Sehnen, Bänder und Muskeln: Studien am Menschen

Für Sehnen, Bänder und Muskeln liegen keine kontrollierten Studien am Menschen vor; die Aussagen stützen sich auf Übersichten, die fast nur Tierstudien auswerten. In einer systematischen Übersicht heilten Muskel-, Sehnen-, Band- und Knochenverletzungen unter BPC-157 in Tiermodellen besser ¹. Eine Übersichtsarbeit beschreibt ebenfalls eine bessere Regeneration in Sehnen und myotendinösen Übergängen, überwiegend präklinisch ⁸. Belastbare Aussagen zur Wirkung am Menschen lassen sich daraus nicht ableiten.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
¹ Vasireddi et al. 2025	Übersicht · 12 Teilnehmer	BPC-157; Schmerzlinderung >6 Monate berichtet; gegen keine Kontrollgruppe in der klinischen Studie
² Tewari et al. 2026	systematische Übersicht	BPC-157 und fünf weitere Peptidpräparate; heterogen, keine einheitliche Dosis; gegen keine robusten Kontrollen in den meisten Huma
⁸ McGuire et al. 2025	Übersicht	BPC-157 (synthetisches Pentadecapeptid); gegen kein Vergleich; narrative Übersicht

BPC-157, Gelenke und Schmerz: Studien am Menschen

Für Gelenke und Schmerz liegen keine kontrollierten Studien am Menschen vor, nur kleine Fallserien und Übersichten. In einer Fallserie ohne Vergleichsgruppe besserten sich Knieschmerzen nach Injektion ins Gelenk bei den meisten Patienten ⁴. Eine Übersichtsarbeit zählt nur drei kleine Pilotstudien am Menschen und hält größere Studien mit Vergleichsgruppe für nötig ⁸. Belastbare Aussagen sind nicht möglich, da Vergleichsgruppen fehlen und die Fallserien klein sind.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
¹ Vasireddi et al. 2025	Übersicht · 12 Teilnehmer	BPC-157; Schmerzlinderung >6 Monate berichtet; gegen keine Kontrollgruppe in der klinischen Studie
² Tewari et al. 2026	systematische Übersicht	BPC-157 und fünf weitere Peptidpräparate; heterogen, keine einheitliche Dosis; gegen keine robusten Kontrollen in den meisten Huma
⁴ Lee et al. 2021	Fallserie · 17 Teilnehmer	BPC-157 allein oder kombiniert mit TB4, intraartikulär injiziert; Nachbeobachtung meist 6 Monate bis 1 Jahr nach Injektion; gegen kein
⁵ Lee et al. 2024	Fallserie · 12 Teilnehmer	BPC-157 von einer 503A-Apotheke hergestellt; Gesamt 10 mg während einer einzigen Prozedur um entzündete Blasenareale injiziert; I
⁸ McGuire et al. 2025	Übersicht	BPC-157 (synthetisches Pentadecapeptid); gegen kein Vergleich; narrative Übersicht

BPC-157, Magen und Darm: Studien am Menschen

Für Magen und Darm liegen keine kontrollierten Studien am Menschen vor; vorhanden sind nur Übersichtsarbeiten. Eine Übersichtsarbeit beschreibt Heilwirkungen im Magen-Darm-Trakt, ohne Ergebnisse am Menschen im Einzelnen zu nennen ¹⁰. Eine weitere Übersichtsarbeit beschreibt BPC-157 in klinischen Studien bei entzündlichen Darmerkrankungen als sicher, nennt aber keine Ergebnisse zur Wirksamkeit ¹¹. Untersucht wurden das Peptid als Injektion sowie als Kapsel oder Lösung; die Aussagekraft ist insgesamt unklar, da kontrollierte Vergleiche am Menschen fehlen.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH	ERGEBNIS
¹⁰ Sikiric et al. 2017	Übersicht	BPC-157 (gastric pentadecapeptide); gegen L-NAME- oder L-Arginin-Gabe, Kontrollen	Heilung im Magen-Darm-Trakt: verb
¹¹ Sikiric et al. 2010	Übersicht	BPC-157 (PL-10, PLD-116, PL 14736)	Sicherheit bei entzündlichen Darmer

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH	ERGEBNIS
¹² Sikiric et al. 2006	Übersicht	BPC 157 (PL 10, PLD 116, PL 14736, Pliva, Kroatien); gegen Atropin, Ranitidin, Omeprazol bzw. Kontrolle	Läsionen von Magen, Speiseröhre u

BPC-157, Blutgefäße und Wundheilung: Studien am Menschen

Für Blutgefäße und Wundheilung am Menschen liegen keine kontrollierten Studien zu BPC-157 vor. Eine Übersichtsarbeit berichtet über bessere Angiogenese und endotheliale Reparatur, stützt sich dabei aber überwiegend auf Tier- und Labormodelle ⁸. Eine weitere Übersichtsarbeit beschreibt Wirkungen auf Wund- und Fistelheilung und auf Blutgefäße, ohne Ergebnisse am Menschen im Einzelnen zu nennen ¹⁰. Untersucht wurden BPC-157 als synthetisches Peptid sowie die Einnahme als Kapsel oder Lösung; belastbare Belege für einen Nutzen am Menschen fehlen.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH	ERGEBNIS
⁸ McGuire et al. 2025	Übersicht	BPC-157 (synthetisches Pentadecapeptid); gegen kein Vergleich; narrative Übersicht	Angiogenese und endotheliale Rep.
¹⁰ Sikiric et al. 2017	Übersicht	BPC-157 (gastric pentadecapeptide); gegen L-NAME- oder L-Arginin-Gabe, Kontrollen	Wund- und Fistelheilung, Blutgefäß
¹¹ Sikiric et al. 2010	Übersicht	BPC-157 (PL-10, PLD-116, PL 14736)	Sicherheit bei Wundheilung
¹² Sikiric et al. 2006	Übersicht	BPC 157 (PL 10, PLD 116, PL 14736, Pliva, Kroatien); gegen Atropin, Ranitidin, Omeprazol bzw. Kontrolle	Gefäßdarstellung der linken Magen

BPC-157: weitere Messgrößen in Studien

Für dieses Gebiet liegen keine kontrollierten Studien am Menschen vor. Laut einer systematischen Übersicht steigerte BPC-157 in Tier- und Laborstudien die Bildung von Wachstumshormon-Rezeptoren und förderte Signalwege der Gefäßneubildung ¹. Dieselbe Übersicht beschreibt weniger Entzündungsbotenstoffe, ebenfalls aus Tier- und Laborstudien ¹. Offen bleiben Wirksamkeitsnachweise am Menschen, da die klinischen Beobachtungen unkontrolliert sind und die übrigen Studien überwiegend präklinisch oder narrativ sind.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
¹ Vasireddi et al. 2025	Übersicht · 12 Teilnehmer	BPC-157; Schmerzlinderung >6 Monate berichtet; gegen keine Kontrollgruppe in der klinischen Studie
² Tewari et al. 2026	systematische Übersicht	BPC-157 und fünf weitere Peptidpräparate; heterogen, keine einheitliche Dosis; gegen keine robusten Kontrollen in
³ Venkatakrishnan et al. 2026	Querschnittstudie · 1.039 Teilnehmer	BPC-157, nicht zugelassenes synthetisches Peptid; durchschnittlich 2,2 Monate bei 130 Patienten; gegen Hintergru
⁶ Lee et al. 2025	Fallserie · 2 Teilnehmer	BPC-157 in 250 ml Kochsalzlösung intravenös; Tag 1: 10 mg; Tag 2: 20 mg, je über eine Stunde; Drei Tage (Infusion)
⁷ Mateescu et al. 2026	Übersicht · 30 Teilnehmer	BPC-157 (synthetisches Pentadecapeptid); gegen kein kontrollierter Vergleich; narrative Übersicht
⁸ McGuire et al. 2025	Übersicht	BPC-157 (synthetisches Pentadecapeptid); gegen kein Vergleich; narrative Übersicht
⁹ Dekker et al. 2025	Übersicht	Testosteron, Vitamin D, Wachstumshormone, BPC-157
¹⁰ Sikiric et al. 2017	Übersicht	BPC-157 (gastric pentadecapeptide); gegen L-NAME- oder L-Arginin-Gabe, Kontrollen

4. Wie wird BPC-157 dosiert? Zubereitung, Dosis und Dauer in Studien

Die Studien und Übersichten untersuchten BPC-157 als synthetisches Peptid, das unter die Haut, in den Muskel oder ins Gelenk gespritzt wurde. Einzelne Arbeiten betrachten auch die Einnahme als Kapsel oder Lösung. In einer Fallserie wurde BPC-157 auch zusammen mit Thymosin-beta-4 (TB4) ins Gelenk gespritzt ⁴.

5. Ist BPC-157 sicher? Nebenwirkungen in Studien

Zwei Übersichtsarbeiten berichten, dass BPC-157 in klinischen Studien keine Nebenwirkungen zeigte ¹⁰¹¹; eine systematische Übersicht fand dagegen keine klinischen Sicherheitsdaten und hält Nebenwirkungen durch unregulierte Herstellung und Verunreinigungen für möglich ¹.

STUDIE	BERICHTETE NEBENWIRKUNGEN
¹ Vasireddi et al. 2025	Präklinisch keine; keine klinischen Sicherheitsdaten gefunden
² Tewari et al. 2026	kardiovaskuläre Komplikationen, Insulinresistenz (peptidübergreifend)
³ Venkatakrishnan et al. 2026	Neuropsychiatrisch 1,4%, Injektionsstelle 1,4%, gastrointestinal 1,3%
⁵ Lee et al. 2024	Es wurden keine unerwünschten Ereignisse berichtet
⁶ Lee et al. 2025	Keine Nebenwirkungen berichtet
⁸ McGuire et al. 2025	keine Nebenwirkungen berichtet, aber strenge große Studien fehlen
⁹ Dekker et al. 2025	Supplemente haben Risiken und sind nicht routinemäßig indiziert
¹⁰ Sikiric et al. 2017	keine Nebenwirkungen berichtet, LD1 nicht erreicht
¹¹ Sikiric et al. 2010	keine Toxizität berichtet
¹² Sikiric et al. 2006	als sicher in klinischen Studien bezeichnet

6. Was noch offen ist: Grenzen der Studienlage

- Es liegen keine kontrollierten Studien am Menschen vor; alle Aussagen zur Wirkung stützen sich auf unkontrollierte Beobachtungen, Fallserien und Übersichten.
- Viele Befunde stammen aus Tier- und Labormodellen und lassen sich nicht direkt auf den Menschen übertragen.
- Die klinischen Beobachtungen umfassen sehr kleine Fallzahlen ohne Vergleichsgruppe.
- Zur langfristigen Verträglichkeit und zu Wechselwirkungen beim Menschen gibt es kaum Daten.
- Wird BPC-157 mit weiteren Peptiden kombiniert, lassen sich Effekte nicht BPC-157 allein zuordnen.

7. Fazit: Was über BPC-157 gesichert ist

BPC-157 ist ein synthetisches Peptid aus 15 Aminosäuren; seine Abfolge entspricht einem Abschnitt eines Eiweißes aus dem menschlichen Magensaft. Zu Sehnen, Bändern und Muskeln, zu Gelenken und Schmerz sowie zu weiteren Messgrößen berichten Übersichten und Fallserien über positive Beobachtungen, jedoch ohne kontrollierte Vergleiche am Menschen ¹⁸. Zu Magen, Darm, Blutgefäßen und Wundheilung stammen die Befunde überwiegend aus Tierversuchen; zur Wirksamkeit am Menschen nennen die Übersichten keine Ergebnisse ⁸¹⁰¹¹.

Die Beweiskraft ist durchweg begrenzt: Es gibt keine kontrollierten Studien am Menschen, die klinischen Beobachtungen sind klein und unkontrolliert, und ein Teil der Daten stammt aus präklinischen Modellen. Belastbare Aussagen zu Nutzen und Risiken beim Menschen lassen sich daraus nicht ableiten.

Häufige Fragen

Wie gut ist BPC-157 am Menschen untersucht?

BPC-157: ausgewertet wurden 13 Studien am Menschen, darunter eine Metaanalyse oder systematische Übersicht; kontrollierte Studien am Menschen gibt es bisher nicht. Stand: 3. Oktober 2026.

Gibt es kontrollierte Studien zu BPC-157 am Menschen?

Nein, kontrollierte Studien am Menschen liegen nicht vor. Die vorhandenen Arbeiten sind Übersichten, Fallserien und eine große Auswertung ärztlicher Unterlagen. Positive Beobachtungen am Menschen stammen aus kleinen Fallserien ohne Vergleichsgruppe, vor allem zu Knieschmerzen ¹⁴. Aussagen zur Wirkung am Menschen lassen sich daraus nicht sicher ableiten.

Welche Formen von BPC-157 wurden untersucht?

Untersucht wurde BPC-157 als Spritze unter die Haut, in den Muskel oder ins Gelenk. Einzelne Arbeiten betrachten auch die Einnahme als Kapsel oder Lösung.

Was berichten die Studien zu Nebenwirkungen?

Zwei Übersichtsarbeiten berichten, dass BPC-157 in klinischen Studien keine Nebenwirkungen zeigte ¹⁰¹¹; eine systematische Übersicht fand dagegen keine klinischen Sicherheitsdaten und hält Nebenwirkungen durch unregulierte Herstellung und Verunreinigungen für möglich ¹.

Wie belastbar sind die Berichte zu Sehnen, Bändern und Muskeln?

Kaum: Kontrollierte Studien am Menschen fehlen, die Befunde stammen überwiegend aus Tierversuchen. Eine Übersichtsarbeit beschreibt eine bessere Regeneration in Sehnen und myotendinösen Übergängen, überwiegend präklinisch ⁸.

Was ist bei Mischpräparaten mit BPC-157 zu beachten?

Wird BPC-157 mit anderen Peptiden wie Thymosin-beta-4 (TB4) kombiniert, lassen sich beobachtete Effekte nicht BPC-157 allein zuordnen. Die Datenlage zu solchen Kombinationen ist insgesamt begrenzt und überwiegend präklinisch.

Quellen

- 1 Emerging Use of BPC-157 in Orthopaedic Sports Medicine: A Systematic Review
Vasireddi N, Hahamyan H, Salata MJ, Karns M, Calcei JG, Voos JE et al. · 2025
- 2 Peptide Supplements and Their Therapeutic Applications in Sports Medicine
Tewari K, Liu TP, Im C, Hamad C, Petrigliano F, Cheung EC et al. · 2026
- 3 Rising Use of Unapproved BPC-157 ("Wolverine Peptide") and Associated Patient-Reported Outcomes Curated from Clinical Notes
Venkatakrishnan A, Marwaha A, Gregg CJ, Varma G, Hurchik M, Murugadoss K et al. · 2026
- 4 Intra-Articular Injection of BPC 157 for Multiple Types of Knee Pain
Lee E, Padgett B · 2021
- 5 Effect of BPC-157 on Symptoms in Patients with Interstitial Cystitis: A Pilot Study
Lee E, Walker C, Ayadi B · 2024
- 6 Safety of Intravenous Infusion of BPC157 in Humans: A Pilot Study
Lee E, Burgess K · 2025
- 7 BPC-157 as an Investigational Peptide Therapeutic: Biopharmaceutical Challenges, Formulation Strategies, and Translational Development Barriers
Mateescu DM, Gavrilescu DM, Constantinescu FE, Oancea C, Ilie AC, Folescu R et al. · 2026
- 8 Regeneration or Risk? A Narrative Review of BPC-157 for Musculoskeletal Healing
McGuire FP, Martinez R, Lenz A, Skinner L, Cushman DM · 2025
- 9 Editorial Commentary: Testosterone, Growth Hormone, and Vitamin D Supplementation Is Not Routinely Indicated for Orthopaedic Surgery Patients
Dekker TJ · 2025
- 10 Stress in Gastrointestinal Tract and Stable Gastric Pentadecapeptide BPC 157. Finally, do we have a Solution?
Sikiric P, Seiwerth S, Rucman R, Drmic D, Stupnisek M, Kokot A et al. · 2017
- 11 Revised Robert's cytoprotection and adaptive cytoprotection and stable gastric pentadecapeptide BPC 157. Possible significance and implications for novel mediator
Sikiric P, Seiwerth S, Brcic L, Sever M, Klíček R, Radic B et al. · 2010
- 12 Stable gastric pentadecapeptide BPC 157 in trials for inflammatory bowel disease (PL-10, PLD-116, PL 14736, Pliva, Croatia). Full and distended stomach, and vascular response
Sikiric P, Seiwerth S, Brcic L, Blagaic AB, Zoricic I, Sever M et al. · 2006

International Health Research

Forschung, eingeordnet. Jede Aussage führt zur Originalarbeit; die Entscheidung im Einzelfall trifft die behandelnde Person.
ih-research.com/wissen/bpc-157/ · Stand 2026-10-15