Ausgleich eines Vitamin-D₃- und Magnesiummangels

Kardiovaskuläres Risiko sinkt

— Bei Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus oder arterieller Hypertonie kommt es besonders häufig zu einem Vitamin-D₃-Mangel, der oft auch mit einem Magnesiummangel verbunden ist, berichtete Prof. Stefan Pilz, Graz. Besteht eine Unterversorgung mit Vitamin D₃, so kann, wie eine Metaanalyse zeigte, der Blutdruck in der Subgruppe der mindestens 50-Jährigen durch eine Supplementation signifikant gesenkt werden [Nutr Metab Cardiovasc Dis. 2016;26:663–73].

Bei Patienten mit Herzinsuffizienz, so der Endokrinologe, wurden in einer Studie die Effekte einer Vitamin-D₃-Gabe bei Patienten mit einem nachweisbaren Mangel untersucht. Bei der linksventrikulären Ejektionsfraktion konnte nach 12 Monaten Supplementation eine

Zunahme um 7,65% verzeichnet werden, unter Placebo um 1,36% ($p < 0,001$) [J Am Coll Cardiol. 2016; doi: 10.1016/j.jacc.2016.03.508].

Auch eine Magnesium-Supplementation kann, wenn ein Defizit vorliegt, sowohl den Blutdruck als auch den Glukosestoffwechsel positiv beeinflussen, erklärte Pilz, [Eur J Nutr 2016; doi: 10.1038/ejcn.2016.154].

Angesichts dieser Daten empfiehlt Pilz, gerade bei (kardiovaskulären) Risikopatienten stets die entsprechenden Level im Auge zu behalten und ggf. Vitamin D₃ und Magnesium zu supplementieren.

Reimund Freye

■ Symposium „Vitamin D und Magnesium: Gemeinsam sind wir stark“, 50. Medizinische Woche; Baden-Baden, November 2016 (Veranstalter: Wörwag)

Hospitalisierungsrate bei schwerem eosinophilem Asthma halbiert

Eine Metaanalyse untersuchte den Einfluss von Mepolizumab auf die Hospitalisierungsrate bei erwachsenen Patienten mit schwerem, eosinophilem Asthma. Hierbei zeigte sich, dass 100 mg Mepolizumab als subkutan verabreichte, vierwöchentliche Injektion im Vergleich zu Placebo die Hospitalisierungsrate halbiert (51% Reduktion, 95%-KI = 0,30–0,80, $p < 0,001$). Mepolizumab wurde zusätzlich zur Standardtherapie verabreicht.

Mepolizumab (Nucala®) ist ein humanisierter monoklonaler Antikörper. Er bindet an Interleukin 5 (IL-5) und verhindert dadurch die Bindung von IL-5 an die Zelloberfläche eosinophiler Granulozyten. IL-5 ist maßgeblich in Wachstum, Überleben und Aktivierung eosinophiler Granulozyten beteiligt.

Red.

■ Nach Informationen von GSK

Supplementation von Mikronährstoffen

Berufstätige bleiben fit

— Zu den häufigsten Gründen für Krankschreibungen in Deutschland zählen Atemwegsinfekte, wie der aktuelle Fehlzeiten-Report 2016 belegt [Badura B et al. (Hrsg.): Fehlzeiten-Report 2016. Berlin, Heidelberg, New York: Springer; 2016]. Das Immunsystem ist in diesen Fällen stark gefordert, weshalb Betroffene auf eine ausreichende Versorgung mit Mikronährstoffen angewiesen sind. Eine gezielte Supplementation kann daher für Berufstätige sinnvoll sein und sich positiv auf die Erkältungssymptome und -episoden auswirken, wie eine doppelblinde, placebokontrollierte Studie zeigte [Schmidt K. MMW Fortschr Med 2011;153(Suppl 3):83–9].

Patienten mit chronisch rezidivierenden Atemwegsinfekten profitierten in dieser Studie hinsichtlich Häufigkeit und Intensität von Erkältungskrankheiten von einer Mikronährstoff-Supplementie-

rung (Orthomol Immun®). Neben einer Verbesserung der Symptomatik verzeichneten insbesondere Patienten, die zu Studienbeginn einen niedrigen Vitamin-C-Status bzw. einen Vitamin-D₃-Mangel aufwiesen, positive Effekte. Diese waren signifikant seltener von Atemwegsinfekten betroffen als Patienten in der Placebogruppe. Der positive Einfluss der ernährungsmedizinischen Therapie äußerte sich zudem in einem Rückgang der Arbeitsunfähigkeit.

75,6% weniger Krankheitstage

Positive Effekte einer Mikronährstoffgabe in den Wintermonaten belegte auch eine Studie bei Arbeitnehmern eines Betriebs [Hofmeister M. Ernährung & Medizin 2005; 20:115–22]. Über vier Monate erhielt die Hälfte der Beschäftigten täglich Orthomol Immun®. Neben einer Verbesserung der subjektiven Befindlichkeit

© Karin & Uwe Amas / Fotolia

Fit am Arbeitsplatz – auch in Erkältungszeiten.

zeigte sich eine signifikante Vermehrung immunaktiver Zellen sowie ein insgesamt besserer Immunstatus im Vergleich zur Kontrollgruppe. Hinsichtlich des Krankenstandes der Verumgruppe im Vergleich zum Vorjahreszeitraum ergab sich eine hoch signifikante Reduktion der Krankheitstage um 75,6%.

Red.

■ Nach Informationen von Orthomol