

Vitamin-D-Unterversorgung im Homeoffice?

Bei Mangel substituieren

Zu den Risikogruppen für einen Vitamin-D-Mangel gehören ältere, dunkelhäutige und fettleibige Menschen sowie bestimmte Patientengruppen, bei denen die Vitamin-D-Resorption gestört oder der Vitaminstoffwechsel nicht intakt ist. Nach mehr als zwei Pandemie Jahren könnte eine neue Risikogruppe dazu gekommen sein: Menschen, die aufgrund ihrer Arbeit im Homeoffice und während der Lockdowns wenig Bewegung an der frischen Luft hatten.

Die Erhebungen des Robert-Koch-Instituts aus dem Jahr 2019 zeigen, dass bei 12,5% der Kinder und Jugendlichen im Alter von 1–17 Jahren und bei 15,2% der Erwachsenen ein erheblicher Vitamin-D-Mangel mit 25(OH)D-Serumspiegeln < 12 ng/ml bestand. Eine Unterversorgung mit 25(OH)D-Spiegeln von 12 bis



< 20 ng/ml fand sich bei 33,1% der Kinder und Jugendlichen und 40,8% der Erwachsenen [1]. Die nächste Erhebung könnte ergeben, dass ein noch größerer Anteil der Bevölkerung in Unterversorgung ist, vermutet Dr. Alexander Defèr, niedergelassener Facharzt für Allgemeinmedizin aus Dresden.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt Erwachsenen, bei fehlender endogener Synthese täglich 20 µg

(800 I.E.) Vitamin D mit der Nahrung aufzunehmen. Nach Ansicht von Dr. Bernhard Landers, Hausärztliches medizinisches Versorgungszentrum in Mayen/Eifel, ist dies bei der heutigen Lebensweise jedoch kaum möglich.

Ist Selbstmedikation eine Lösung? Die in Drogerien und Supermärkten erhältlichen Präparate seien häufig unterdosiert und daher v. a. für Risikogruppen ungeeignet. Hier wäre eine engmaschig kontrollierte Substitution mit einem hochdosierten Präparat, z. B. Colecalciferol Aristo® 20.000 I.E., 1 × wöchentlich über mindestens 5 Wochen eine Option, so Landers.

Dr. Till U. Keil

Quelle: [1] Antworten des Robert-Koch-Instituts auf häufig gestellte Fragen zu Vitamin D, Stand 25. Januar 2019; Symposium „Vitamin D, ein Superhormon? Bedeutung für Knochen, Stoffwechsel und Immunsystem“, 128. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin (DGIM), Wiesbaden, 30. April 2022 (Veranstalter: Aristo)

Gentest kann erbliche Augenerkrankung entlarven

Frühe Diagnose möglich

Erbliche Netzhauterkrankungen sind für rund 30–40% der Sehbehinderungen von Kindern verantwortlich. „Ein leicht zu erkennender Nystagmus ist meist von Beginn an vorhanden. Weitere charakteristische Symptome bei kleinen Kindern sind Fotophobie und erhöhte Blendungsempfindlichkeit“, berichtete Prof. Herbert Jägle, Klinik und Poliklinik für Augenheilkunde am Universitätsklinikum Regensburg. Durch die U-Untersuchungen hätten alle Kinder die Chance auf eine frühzeitige Diagnose.

Bei Verdacht auf eine erbliche Netzhauterkrankung sollten die Kinder frühzeitig

an ein Spezialzentrum überwiesen werden. Zur Sicherung der Diagnose ist ein Gentest erforderlich, den niedergelassene Ärztinnen und Ärzte auch selbst veranlassen können, ohne dass ihr Budget belastet wird. Bei Privatversicherten muss die Kostenübernahme beantragt werden. Sind im Gentest biallelische RPE65-Mutationen nachweisbar, kommen die Betroffenen mit ausreichend lebensfähigen Netzhautzellen für die Gentherapie mit Voretigen Neparvovec (Luxturna®) in Betracht.

Dr. Matthias Herrmann

Quelle: Springer Medizin Experten-Workshop, 5. Mai 2022 (Sponsor: Novartis)

Kurz notiert

Saisonaler Influenza-Impfstoff steht jetzt zur Verfügung

Der tetravalente Grippe-Impfstoff von GSK (Influsplit Tetra) steht ab sofort für die kommende saisonale Grippe-Impfung zur Verfügung. Die Stammzusammensetzung wurde wie jedes Jahr nach den Vorgaben der WHO an die aktuelle epidemiologische Situation angepasst. Im Vergleich zur Saison 2021/2022 werden nun neue Stämme für Influenza A (H3N2) und Influenza B (Linie Victoria) verwendet. Zugelassen ist Influsplit Tetra ab einem Alter von 6 Monaten. Empfohlen wird die jährliche Grippe-Impfung z. B. für Personen über 60 Jahren sowie für Schwangere ab dem 2. Trimenon bzw. bei erhöhter gesundheitlicher Gefährdung ab dem 1. Trimenon, darüber hinaus für Personen ab 6 Monaten mit erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge eines Grundleidens, medizinisches Personal sowie Menschen mit umfangreichem Publikumsverkehr. red

Quelle: Nach Informationen von GSK