

05.07.2012 – 08:00 Uhr

SNF: Mit viel Vitamin D gegen Hüftbrüche im Alter / Empfehlungen des Bundesamtes für Gesundheit bestärkt

Bern (ots) -

Weil die Knochen mit zunehmendem Alter schwächer und zerbrechlicher werden, steigt das Hüftbruchrisiko ab 65 Jahren kontinuierlich. Vitamin D hilft, Hüftbrüche zu verhindern, allerdings nur bei hoher Dosierung (800 Einheiten oder mehr pro Tag). Zu diesem Schluss gelangt eine vom Schweizerischen Nationalfonds (SNF) unterstützte Studie.

Gesunde Knochen erneuern sich, indem sie mit Hilfe von Vitamin D fortwährend Kalzium und Phosphat aufnehmen. Fehlt das Vitamin D, werden die Knochen brüchig. Oft geschieht dies im Alter, wenn die Fähigkeit der Haut nachlässt, mit der Energie des Sonnenlichts Vitamin D zu produzieren. Deshalb sind drei Viertel aller Knochenbrüche bei Personen über 65 Jahren zu verzeichnen. In Europa nimmt diese Altersklasse stark zu, bis 2050 ist daher mit einer Verdoppelung von Hüftbrüchen zu rechnen.

Widersprüchliche Resultate Mehrere klinische Studien haben untersucht, ob die Anzahl Hüftbrüche und die damit verbundenen horrenden Kosten mit einer präventiven Verabreichung von Vitamin D reduziert werden können. Sie gelangten zu widersprüchlichen Resultaten. Nun haben Forschende um Heike Bischoff-Ferrari vom Zentrum Alter und Mobilität der Universität Zürich sich einen neuen Überblick über die Daten verschafft. In ihrer soeben im "New England Journal of Medicine" veröffentlichten Meta-Analyse (*) gelingt es ihnen, die Widersprüche aufzulösen. Bischoff-Ferrari und ihre Kolleginnen und Kollegen vom Universitätsspital Zürich und Stadtspital Waid haben sich mit den Originaldaten von etwas mehr als 30'000 betagten Personen befasst, die an elf verschiedenen klinischen Studien zur Vitamin D Supplementation teilgenommen hatten. Erstmals berücksichtigten sie dabei, dass einige Personen weniger Vitamin-D-Tropfen schluckten als vorgesehen, andere aber auch ausserhalb der Studie zusätzliches Vitamin D zu sich nahmen.

Umstrittene Dosis-Wirkungs-Beziehung So belegten die Forschenden um Bischoff-Ferrari eine bisher umstrittene Dosis-Wirkungs-Beziehung: Nur wenn Vitamin D tatsächlich in ausreichender Menge eingenommen wird, entfaltet es seine schützende Wirkung. Das Hüftbruchrisiko verminderte sich um dreissig Prozent bei denjenigen Personen, die mindestens 800 internationale Einheiten (IE) Vitamin D pro Tag zu sich nahmen.

Von dieser Dosierung profitieren sowohl gebrechliche als auch gesunde, noch zu Hause lebende Seniorinnen und Senioren. «Unsere Studie bildet die im Moment wichtigste Evidenzbasis, um die vom Bundesamt für Gesundheit empfohlene höhere Dosierung bei älteren Personen zu bekräftigen», sagt Bischoff-Ferrari.

(*)Heike A. Bischoff-Ferrari, Walter C. Willett, Endel J. Oray, Paul Lips, Pierre J. Meunier, Ronan A. Lyons, Leon Flicker, John Wark, Rebecca D. Jackson, Jane A. Cauley, Haakon E. Meyer, Michael Pfeifer, Kerrie M. Sanders, Hannes B. Stähelin, Robert Theiler and Bess Dawson-Hughes (2012). A Pooled Analysis of Vitamin D Dose Requirements for Fracture Prevention. New England Journal of Medicine 367: 40-49. (als PDF beim SNF erhältlich; E-Mail: com@snf.ch)

Der Text dieser Medienmitteilung steht auf der Website des Schweizerischen Nationalfonds zur Verfügung: www.snf.ch > Medien > Medienmitteilungen

Kontakt:

Prof. Dr. med. Heike Annette Bischoff-Ferrari
Zentrum Alter und Mobilität
Rheumaklinik, Universitätsspital Zürich
Gloriastrasse 25
CH-8091 Zürich
Tel.: +41 (0)44 255 26 99
E-Mail: heike.bischoff@usz.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100002863/100721411> abgerufen werden.