

Medica Aktuell, 17.11.2011

Zu viel Kalzium schadet - auch bei Osteoporose



DÜSSELDORF (skh). Die Bedeutung der Kalzium-Supplementation bei Patienten mit Osteoporose hat sich gewandelt. Nach Angaben von Professor Johannes Pfeilschifter aus Essen belegen epidemiologische Studien, dass eine Kalziumzufuhr über 700 mg täglich keinen zusätzlichen Nutzen in der Frakturprophylaxe bringe.

Metaanalysen hätten sogar eine geringe Zunahme von proximalen Femurfrakturen bei sehr hoher Kalziumzufuhr belegt, so Pfeilschifter weiter.

Zudem mehrten sich die Hinweise, dass eine Kalziumsupplementierung unabhängig von einer Supplementierung mit Vitamin D möglicherweise mit einer erhöhten Inzidenz kardiovaskulärer Ereignisse einhergeht.

Eine Kalziumsupplementierung sei somit bis zum Vorliegen weiterer Studien nur noch ausnahmsweise bei einer sehr niedrigen Nahrungskalziumzufuhr von weniger als 700 mg täglich anzuraten.

Nicht geändert habe sich dagegen die Empfehlung einer ausreichenden Versorgung mit Vitamin D, so Pfeilschifter. Ziel sei hier eine Serumkonzentration von mehr als 20 ng/ml 25-Hydroxy-Vitamin D3. Bei den meisten Risikopatienten könne dies über eine orale Supplementierung mit 1000 bis 2000 IE Vitamin D3 täglich.