

Vitamin-D-Mangel: Nahrungsergänzung kann Asthma-Patienten vor Asthmaanfällen schützen

Datum: 22.01.2018

Original Titel:

Vitamin D supplementation to prevent asthma exacerbations: a systematic review and meta-analysis of individual participant data.

Vitamin D spielt eine wichtige Rolle bei vielen Erkrankungen. So konnte gezeigt werden, dass ein Mangel an Vitamin D mit einigen Krebserkrankungen, wie z. B. Brustkrebs, und mit einem erhöhten Herzinfarkttrisiko einhergeht. Für die Bildung von Vitamin D ist Sonnenlicht notwendig. Das führt dazu, dass viele Menschen gerade im Winter unter Vitamin-D-Mangel leiden. Es ist bereits bekannt, dass Vitamin D auch einen Einfluss auf den Krankheitsverlauf von Asthma hat. So konnte die Häufigkeit von Asthmaanfällen durch Nahrungsergänzung mit Vitamin D reduziert werden (Studie von Confino-Cohen und Kollegen; 2014 in der wissenschaftlichen Fachzeitschrift *Allergy* veröffentlicht).

In einer Studie, die in der medizinischen Fachzeitschrift *The Lancet Respiratory Medicine* veröffentlicht wurde, wurde nun der Frage nachgegangen, ob der Schutz durch Vitamin D nur für bestimmte Asthma-Patienten besteht. Hierzu wertete ein internationales Forscherteam sieben alte Studien im Hinblick auf verschiedene Patientengruppen neu aus. Diese Studien enthielten Daten von insgesamt 955 Patienten. In allen Studien reduzierte die Einnahme von Vitamin D die Häufigkeit der Krankheitsschübe, die eine Kortikosteroid-Therapie nötig machten. Dieser schützende Effekt von Vitamin D konnte jedoch nur bei Patienten festgestellt werden, die zu Beginn der Studie unter Vitamin-D-Mangel litten (25(OH)D weniger als 25 nmol/l), jedoch nicht bei Patienten, die ohnehin schon eine höhere 25(OH)D-Konzentration aufwiesen. 25(OH)D ist der Rohstoff für Vitamin D. Über den Blutspiegel des 25(OH)D kann die Vitamin-D-Versorgung eines Menschen bestimmt werden. Andere Faktoren hatten keinen Einfluss auf den schützenden Effekt von Vitamin D. So spielte es keine Rolle, wie alt die Patienten waren, ob sie Kortikosteroide inhalierten, welche ethnische Herkunft sie hatten oder in welcher Gewichtsklasse (bestimmt durch den [Body Mass Index](#)) sie sich befanden.

Die Nahrungsergänzung mit Vitamin D reduzierte somit die behandlungsbedürftigen Asthmaanfälle bei Patienten mit Vitamin-D-Mangel.

Referenzen:

Jolliffe DA, Greenberg L, Hooper RL, Griffiths CJ, Camargo CA Jr, Kerley CP, Jensen ME, Mauger D, Stelmach I, Urashima M, Martineau AR. Vitamin D supplementation to prevent asthma exacerbations: a systematic review and meta-analysis of individual participant data. *Lancet Respir Med.* 2017 Oct 3. pii: S2213-2600(17)30306-5. doi: 10.1016/S2213-2600(17)30306-5.

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“