

MEDIZIN-TELEGRAMM SEPTEMBER 2020

Aufgrund der steigenden Anzahl an SARS-CoV-2-Infizierten und einer drohenden 2. Welle sind optimale Mikronährstoffwerte von großer Bedeutung wie aktuelle Forschungsarbeiten zeigen:

Vitamin D

Niedrige Plasma-25(OH)D-Werte: Unabhängiger Risikofaktor für COVID-19-Infektionen und Krankenhausaufenthalte.

In einer israelischen, bevölkerungsbasierten Studie waren 782 (10,1%) Probanden COVID-19-positiv und 7.025 (89,9%) COVID-19-negativ. Die durchschnittlichen Plasma-Vitamin D-Spiegel (25(OH)D) waren bei den positiv Getesteten signifikant geringer (19 ng/ml), als bei den Teilnehmern mit negativen Resultaten (20,55 ng/ml). Analysen zeigten eine Assoziation zwischen niedrigen Plasma-25(OH)D-Werten und höheren Wahrscheinlichkeiten für COVID-19-Infektionen und Krankenhausaufenthalte wegen des SARS-CoV-2-Virus.

(Merzon E, Tworowski D, Gorohovski A et al.: Low plasma 25(OH) vitamin D level is associated with increased risk of COVID-19 infection: An Israeli population-based study. FEBS J. 2020 Jul 23. doi: 10.1111/febs.15495)

Niedrige Serum-25(OH)D-Werte sind mit einer schwereren COVID-19-Erkrankung assoziiert

Eine britische, retrospektive Zwischenprüfung von 134 stationären COVID-19-Patienten offenbarte ein stärkeres Vitamin D-Defizit bei Patienten, bei denen die Aufnahme auf einer Intensivstation erforderlich war als bei Betroffenen, die auf normalen Krankenstationen betreut wurden.

(Panagiotou G, Tee SA, Ihsan Y et al. Low serum 25-hydroxyvitamin D (25(OH) D) levels in patients hospitalised with COVID-19 are associated with greater disease severity. Clin Endocrinol (Oxf). 2020 Jul 3. doi: 10.1111/cen.14276)

Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, starkes Übergewicht und Bluthochdruck – mit diesen Grunderkrankungen steigt das Risiko für einen schweren Verlauf, wenn eine COVID-19-Infektion hinzukommt. All diese Erkrankungen weisen eine Gemeinsamkeit auf: Sie gehen häufig mit einem niedrigen Vitamin-D-Spiegel einher. Gleiches gilt auch z.B. für ältere Menschen, die ebenfalls oft einen Vitamin-D-Mangel haben und die zu den Risikogruppen zählen. Auf diesen Zusammenhang weist Prof. Dr. Hans-Konrad Biesalski von der Universität

Hohenheim in Stuttgart hin. Der Ernährungsmediziner hat 30 Studien ausgewertet – und ein Vitamin-D-Defizit als möglichen Indikator für den Schweregrad und die Mortalität bei einer Covid-19-Erkrankung identifiziert. Die Vitamin-D-Versorgung könnte auch beim Verlauf der Erkrankung eine Rolle spielen, denn dieses Vitamin reguliert das Immunsystem und Entzündungsprozesse im Körper. Der Experte empfiehlt daher, im Falle einer COVID-19-Erkrankung unbedingt den Vitamin-D-Spiegel im Auge zu behalten.

(Biesalski HK: Vitamin D deficiency and co-morbidities in COVID-19 patients – A fatal relationship? NFS Journal, Volume 20, August 2020, Pages 10-21. <https://doi.org/10.1016/j.nfs.2020.06.001> und https://www.uni-hohenheim.de/pressemitteilung?tx_ttnews%5Btt_news%5D=48816&cHash=5b2128cd37f8895202d502a1e829d560, abgerufen am 29.07.2020).

Vitamin D₃ Köhler 2000 IE liefert pro Kapsel 50 µg Vitamin D₃, während Debora® 5.600 IE pro Kapsel 140 µg enthält. In beiden Präparaten liegt das Vitamin in nativem Leinsamenöl gelöst vor.

Selen und Covid-19

Auch Selen ist wichtig für eine ausgewogene Immunantwort. Das Mortalitätsrisiko einer schweren Erkrankung wie Sepsis oder Polytrauma ist invers mit dem Selenstatus verbunden. Deutsche Forscher sammelten fortlaufend Serumproben (n = 166) von COVID-19-Patienten (n = 33) und bestimmten die Gesamt-Selenwerte sowie das Selenoprotein P (SELENOP). Verglichen mit den Referenzwerten einer Europäischen Querschnittsanalyse (EPIC, n = 1.915) zeigten die COVID-19-Erkrankten ausgeprägte Gesamt-Selen- und SELENOP-Defizite. Ein Selenstatus unterhalb der 2,5-ten Perzentile der Referenzpopulation, d.h. Selenwerte < 45,7 µg/L und SELENOP < 2,56 mg/L, lag bei 43,4% bzw. 39,2% der COVID-Proben vor. COVID-Patienten, die überlebten, hatten einen signifikant höheren Selenstatus als die, die verstarben. Die SELENOP-Werte erholten sich bei den Überlebenden mit der Zeit, während sie bei denen, die nicht überlebten, gering blieben oder sogar abnahmen. Die Kausalität bleibt jedoch unklar, da es sich um eine Beobachtungsstudie handelt. Dennoch verstärken die Ergebnisse die Ansicht, dass Selen eine relevante Rolle

bei der Rekonvaleszenz von COVID besitzt, und sie unterstützen die Diskussion einer adjuvanten Selen-Supplementierung bei schwer erkrankten und Selen-defizitären Patienten.

(Moghaddam A, Heller RA, Sun Q et al. Selenium deficiency is associated with mortality risk from COVID-19. Nutrients 2020;12(7), 2098, publ. 16.07.2020)

Uniselen® 100 NE liefert 100 µg Selen pro Tablette, während Uniselen® 200 NE entsprechend 200 µg enthält (in Form von Natriumselenit).

Zink und COVID-19

Das Spurenelement wirkt antiinflammatorisch, es kann hilfreich sein, um die Immunfunktion zu optimieren und es reduziert das Infektionsrisiko. Eine Zink-Supplementierung kann daher ebenfalls eine nützliche Strategie sein, um die globale Last einer SARS-CoV-2-Infektion bei Älteren zu verringern.

(de Almeida Brasiel PG: The key role of zinc in elderly immunity: A possible approach in the COVID-19 crisis. Clin Nutr ESPEN. 2020 Aug;38:65-66)

Auch in einer weiteren Arbeit wird die Bedeutung eines optimalen Zinkstatus als Schutz vor viralen Infektionen, wie auch COVID-19, thematisiert.

(Razaque MS: COVID-19 pandemic: Can maintaining optimal zinc balance enhance host resistance? Tohoku J Exp Med. 2020 Jul;251(3):175-181)

Unizink® 50 versorgt den Körper mit Zink-Aspartat in Form von magenschonenden Tabletten.

Vitamin K und Typ-2-Diabetes

In einer chinesischen, systematischen Übersichtsarbeit mit 6 Beobachtungsstudien zeigten 5 dieser Studien, dass eine höhere Vitamin K-Zufuhr und höhere Plasma-Vitamin K-Werte mit einem geringeren Typ-2-Diabetes-Risiko assoziiert waren. Von 6 klinischen Interventionsstudien, ergaben 5, dass eine Supplementierung mit Vitamin K₁ oder K₂ einen positiven Einfluss auf den Insulinstoffwechsel haben könnte. Eine mendelsche Randomisierungsstudie weist darauf hin, dass höhere zirkulierende Vitamin K-Konzentrationen das Risiko für einen Typ-2-Diabetes reduzieren könnten. Fazit: Vitamin K spielt eine wichtige Rolle bei der Prävention und Kontrolle des Typ-2-Diabetes, was mit Verbesserungen des Insulinstoffwechsels und des Blutzuckerspiegels zusammenhängen könnte.

(Cao AL, Lai YW, Chen HG et al. Research progress of relationship between vitamin k and type 2 diabetes. Zhonghua Yu Fang Yi Xue Za Zhi. 2020 May 6;54(5):555-562)

K₂-Köhler® enthält pro Kapsel 200 µg Vitamin K₂ (Menachinon-7) in der all-trans Form, gelöst in pflanzlichen Ölen.

Boswellia serrata und Arthrose

Boswellia serrata werden antiinflammatorische, antiarthrotische und analgetische Eigenschaften zugeschrieben. Laut einer systematischen Übersichtsarbeit und Meta-Analyse aus 7 randomisierten, Placebo-kontrollierten Studien mit insgesamt 545 Arthrose-Patienten kann Boswellia und der Extrakt daraus, die Schmerzen und Steifigkeit lindern sowie die Gelenkfunktion verbessern. Fazit: Boswellia und ein Extrakt daraus können eine wirksame und sichere Option für Arthrose-Patienten sein. Die empfohlene Dauer der Therapie beträgt mindestens 4 Wochen.

(Yu G, Xiang W, Zhang T et al. Effectiveness of Boswellia and Boswellia extract for osteoarthritis patients: A systematic review and meta-analysis. BMC Complement Med Ther. 2020 Jul 17;20(1):225)

Weihrauch-Köhler enthält pro Kapsel 520 mg Boswellia serrata-Extrakt in solubilisierter Form (entspr. 60 mg Boswelliasäuren).

Proteolytische Enzyme (Bromelain und Papain) und Arthrose der Lendenwirbelsäule

40 Männer und Frauen mit einer Arthrose der Lendenwirbelsäule wurden in 2 Gruppen eingeteilt: Gruppe 1 nahm über einen Zeitraum von 6 Wochen, zweimal täglich 100 mg Aceclofenac ein (Standardtherapie), während Gruppe 2 zuzüglich zur Standardbehandlung ein Enzym-supplement mit Bromelain und Papain (zweimal täglich 250 mg) erhielt. Die Patienten der Enzymgruppe zeigten signifikant verminderte Schmerzscore, signifikant verringerte alkalische Phosphatase (ALP)- und Serum-Kreatinin-Werte sowie eine verbesserte Lebensqualität.

(Naeem H, Naqvi S N-U-H, Perveen R et al. Efficiency of proteolytic enzymes in treating lumbar spine osteoarthritis (low back pain) patients and its effects on liver and kidney enzymes. Pak J Pharm Sci. 2020 Jan;33(1(Supplementary)):371-378)

Therazym® Tabletten enthalten nicht nur Bromelain und Papain sondern auch Pankreatin sowie die Vitamine Thiamin, Folsäure und Biotin, die als sog. Coenzyme fungieren.

IMPRESSUM: Chefredaktion: Heike Lück-Knobloch **Redaktion:** Fabian Kaske

Schlussredaktion: Marianne Dorsch, Davina Kühnel **Layout:** Berrin Jost

Anschrift: Dr. Kaske GmbH & Co. KG | Sonnenstraße 14 | 80331 München | Tel. 089/242156500

www.drkaske.de | info@drkaske.de

IHRE WEBSEITE IST AB JETZT IMMER AKTUELL!

Als Abonnent des Medizin Telegramms haben Sie die exklusive Möglichkeit, das Medizin Telegramm kostenlos auf Ihrer Webseite einzubinden.

In nur drei Minuten zu einer aktuelleren Webseite!

So funktioniert die Einbindung des Medizin Telegramms auf Ihrer Webseite

Wenn Sie auch aktuelle Neuigkeiten auf Ihrer Seite haben möchten, führen Sie diese drei einfachen Schritte durch:

1. Suchen Sie eine Seite aus, auf der Sie das Medizin Telegramm einbinden möchten. Dies kann eine bestehende oder eine neue Seite sein.
2. Fügen Sie folgenden Code in das HTML Ihrer Seite ein. Wenn Sie Wordpress oder ein anderes ähnliches CMS nutzen, fügen Sie den Code nicht in die visuelle, sondern in die Text-/Code-Ansicht ein (siehe Screenshot).

```
<iframe src="https://www.zink-portal.de/aktuelles-medizin-telegramm/" style="border:0px #FFFFFF none;" name="Medizin-Telegramm" scrolling="auto" frameborder="1" align="aus" marginheight="0px" margin-width="0px" height="480" width="640"></iframe>
```

Bereitgestellt von <http://www.zink-portal.de/>www.zink-portal.de

3. Fertig! Das Medizin Telegramm ist nun auf Ihrer Seite. Es aktualisiert sich monatlich automatisch, ohne dass Sie etwas tun müssen.



Unser Service: Bei Fragen zur Einbindung hilft Ihnen Katharina Asam kostenfrei weiter



KATHARINA ASAM
Team Lead Online Marketing

Dr. Kaske Marketingberatung
Katharina.Asam@drkaske.de
Tel: 015 22 57 93 082



VORTEILE DER EINBINDUNG:

Informativ. Die Besucher Ihrer Webseite profitieren von aktuellen Neuigkeiten aus dem Bereich der Gesundheit. Somit werden Sie zu einer wichtigen Anlaufstelle bei Fragen rund um das leibliche Wohl.

Kostenlos. Die Einbindung des Medizin Telegramms ist und wird für Sie immer kostenlos sein.

Einfach. Um das Medizin Telegramm einzubinden, bedarf es nicht länger als 3 Minuten. Bei Fragen zur Einbindung helfen wir Ihnen gerne!

Ohne Risiko. So einfach wie die Einbindung ist auch die Entfernung des Medizin Telegramms. Mit nur wenigen Klicks können Sie das Medizin Telegramm – falls gewünscht – wieder von Ihrer Seite entfernen.