

Eiseninfusionen – gefährlicher Hype oder effektive Hilfe?

Stand: 12:51 Uhr | Lesedauer: 5 Minuten

Von Jörg Zittlau



Der Trend geht zum Tropf: Eine Eiseninfusion dauert rund 90 Minuten

Quelle: Getty Images/Moment Open/Fajrul Islam; Montage: WELT

Viele Patienten, vor allem Frauen, lassen sich das Spurenelement per Tropf verabreichen. Die Eiseninfusionen sollen Müdigkeit, Erschöpfung oder Schwindel vertreiben. Doch die Methode ist umstritten – und riskant.

Pechschwarz sickert das Spurenelement aus dem Tropf in den Körper. Hin und wieder nimmt der Empfänger dabei einen leichten Geruch und Geschmack von Metall wahr. Doch ansonsten kann er die rund 90 Minuten lange Prozedur ungestört dazu nutzen, um ein Buch zu lesen oder einfach nur zu dösen. Immer mehr Patienten hierzulande frischen auf diese Weise ihre Eisendepots auf – vor allem weibliche.

Das verwundert wenig, denn Frauen sind häufiger unterversorgt: Mehr als die Hälfte nehmen laut Nationaler Verzehrstudie

(https://www.mri.bund.de/fileadmin/MRI/Institute/EV/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf)

am Tag nicht genügend Eisen zu sich – in der Altersgruppe unter 50 Jahren sind es sogar drei Viertel der Frauen. Von den Männern erreicht hingegen nur jeder siebte nicht die empfohlene Tagesmenge (<https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/eisen/>). Die

Folge: Bei rund zehn Prozent der Frauen, aber nur drei Prozent der Männer

(https://www.bfr.bund.de/de/fragen_und_antworten_zu_eisen_in_lebensmitteln-28383.html)

sind die Eisenvorräte erschöpft.

Dabei ist der Körper auf das lebensnotwendige Spurenelement angewiesen. Es ist für den Sauerstofftransport zuständig und spielt zudem eine wichtige Rolle bei der zellulären Energieversorgung, der DNA-Synthese und der Abwehr von Infektionen. Ein Eisenmangel kann eine ganze Reihe an Beschwerden verursachen: Müdigkeit, Erschöpfung, rissige Haut, spröde Nägel, Haarausfall (</gesundheit/plus169580621/Wir-koennen-die-Haarausfall-Prozesse-immerhin-aufhalten.html>), Schwindel, Konzentrationsschwäche, eine erhöhte Infektanfälligkeit oder sogar depressive Verstimmungen.

Eine Behandlung kann bis zu 1000 Euro kosten

Menschen, die unter solchen Symptomen leiden, lassen sich daher gerne an den Tropf hängen. Die Behandlung kann zwar je nach Dosierung und Dauer über 1000 Euro kosten, die der Patient oft aus eigener Tasche zahlen muss. Doch dafür hofft er, künftig wieder Power, Konzentration, gute Laune und volles Haar zu haben; und das ist nur ein kleiner Ausschnitt dessen, was die Infusionen laut ihren Anbietern zu leisten vermögen. Experten warnen allerdings vor überzogenen Erwartungen – und vor den Risiken der massiven Eisenschwemme.

Ausgangspunkt des neuen Trends ist die Schweiz, wo sich mittlerweile zigtausend Frauen mit dem „Swiss Iron System“ des Internisten Beat Schaub behandeln lassen. Und das – im Unterschied zu Deutschland – sogar meist auf Kosten der gesetzlichen Krankenkassen. Doch deren Zahlungsbereitschaft sinkt, weswegen Schaub im Mai dieses Jahres eine Demonstration auf dem Bundesplatz in Basel organisierte. Deren Kernbotschaft: Die Schweiz solle sich nicht anderen Ländern anschließen, wo „eine männlich dominierte Regierung die Frauen dafür bestraft, dass sie menstruieren“ – denn starke Monatsblutungen können einen Eisenmangel herbeiführen.

Kühne Worte, die allmählich auch in Deutschland gehört werden: Hier haben sich bereits mehr als 50 Arztpraxen der schaub'schen Bewegung und ihren drei Kernthesen angeschlossen. Die erste davon lautet: Eisen wird nicht nur für die Bildung des Blutfarbstoffes Hämoglobin benötigt, sondern auch für zahlreiche andere

Stoffwechselprozesse. Ein Mangel des Minerals kann sich deshalb bemerkbar machen, ohne dass gleichzeitig eine Blutarmut vorliegen muss. Diese Annahme gilt mittlerweile unter Medizinern als unstrittig.

Zweifelhafter ist da schon die zweite Behauptung der Infusionsanhänger. Demnach bestünde schon bei einem Ferritin-Wert – er beschreibt das Depoteisen im Körper – von unter 50 Nanogramm pro Milliliter Blut ein Handlungsbedarf für Infusionen. Von Schaub selbst war sogar zu hören, dass erst ein Wert von über 100 „einer wohl gesalzenen Brühe“ entspricht. Anderen Internisten graut es in der Regel ob solcher Zahlen. So hat die Weltgesundheitsorganisation (WHO) erst kürzlich verkündet, dass ein therapiebedürftiger Eisenmangel erst ab einem Ferritin-Wert unterhalb von 15 besteht.

Infusionen sind bei Eisenmangel nicht immer das beste Mittel

Zudem kritisiert Peter Maisel, Leitlinienautor der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin (DEGAM): „Eiseninfusionen können ein wichtiges Instrument für die Behandlung von Zöliakie und anderen Erkrankungen sein, bei denen die orale Eisenaufnahme stark eingeschränkt ist. Doch wir sollten aufpassen, dass sie nicht zu einer Wellnessmode werden.“ So kämen für unspezifische Beschwerden wie Müdigkeit, Erschöpfung, Antriebsarmut (</gesundheit/plus192685959/Chronic-Fatigue-Syndrom-Eine-Erkrankung-der-Nerven.html>) und Konzentrationsschwäche auch zahlreiche andere Erklärungen infrage als ein niedriger Ferritin-Wert – beispielsweise eine Schilddrüsenunterfunktion oder eine Depression (<https://www.welt.de/themen/depression/>).

Hinzu kommt, dass es Patienten mit niedrigen Ferritin-Werten nicht unbedingt schlecht gehen muss: Viele sind völlig symptomfrei. „Bei den idealen Ferritin-Werten scheint es teilweise große Unterschiede zwischen den einzelnen Menschen zu geben“, sagt Maisel. Ganz zu schweigen davon, dass ein niedrigerer Ferritin-Wert nicht einfach vom Himmel fällt. Er könnte auch die Folge von bestimmten Medikamenten und Ernährungsstilen sein oder von Blutverlusten und gestörter Eisenaufnahme im Magen-Darm-Trakt. „Und das gilt es abzuklären und – wenn nötig – zu behandeln, bevor man an den Eisenwerten arbeitet“, mahnt der Allgemeinmediziner.

Ebenfalls strittig ist die dritte Behauptung der Schaub-Anhänger, wonach man bei niedrigen Ferritin-Werten generell versuchen sollte, mit Infusionen zu behandeln. Denn, so ihre Begründung, über die üblichen, oral eingenommenen Eisenpräparate oder gar über die Ernährung ließe sich kein nennenswerter Effekt auf den Eisenwert erzielen. Maisel kann dem zwar insofern zustimmen, als Eisen bei Infusionen nicht den Umweg über den Verdauungstrakt gehen muss. Dieser Umweg kann von Nachteil sein, weil dabei diverse Eisenmoleküle ungenutzt bleiben und auch Nebenwirkungen wie Verstopfung und Bauchkrämpfe auftreten können.

„Doch dafür können Eiseninfusionen, gerade weil sie direkt in den Blutkreislauf gelangen, zu schweren Unverträglichkeiten führen, bis zum anaphylaktischen und lebensbedrohlichen Schock“, warnt Maisel. In den letzten Jahren sei das zwar nur noch sehr selten geschehen, weil die Hersteller ihre Rezepturen verändert hätten. „Doch ein Restrisiko besteht nach wie vor“, betont der Mediziner. Die Hersteller selbst schreiben in ihren Beipackzetteln, dass beim Verabreichen ihrer Infusionen unbedingt das Personal und die Ausrüstung zur Behandlung eines anaphylaktischen Schocks parat stehen müssten.

Jeder zweite Studienteilnehmer erliegt dem Placebo-Effekt

Der gerade durchstartende Eisen-Hype dürfte sich durch solche Warnungen allerdings nicht aufhalten lassen, denn er wird mehr von Begeisterung als durch gesicherte Fakten getragen. Vifor Pharma, einer der führenden Hersteller von Eiseninfusionen, hat zwei Studien zu seinem Präparat bei der Behandlung von chronischer Erschöpfung finanziert – und dabei berichtete fast jeder zweite Studienteilnehmer von einer deutlichen Besserung seines Befindens, obwohl er nur an einem Tropf mit schwarz gefärbter, wirkungsloser Lösung hing. Man hatte ihm also nur erfolgreich suggeriert, dass er Eisen bekäme, ihm tatsächlich jedoch nicht ein einziges Molekül davon verabreicht. Was wieder einmal bestätigt, dass man gerade den Placebo-Effekt von Infusionen nicht unterschätzen sollte.

8.7.2019

Eisenmangel: Eiseninfusionen – gefährlicher Hype oder effektive Hilfe? - WELT

Die WELT als ePaper: Die vollständige Ausgabe steht Ihnen bereits am Vorabend zur Verfügung – so sind Sie immer hochaktuell informiert. Weitere Informationen: <http://epaper.welt.de>

Der Kurz-Link dieses Artikels lautet: <https://www.welt.de/196486891>