



Thema Eisenmangel

Eisenmangel

25-50% der globalen Bevölkerung leiden an Eisenmangel – nicht nur in Ländern mit Mangelernährung, sondern auch in der „zivilisierten“ Welt. Eisenmangel ist die Volkskrankheit der Menschen.

Diese 4 Gruppen leiden vermehrt unter Eisenmangel:

Frauen im Menstruationsalter, Kinder, Senioren, Sportler

Etwa jeder vierte bis jeder zweite Mensch ist von Eisenmangel betroffen. Er kann Symptome verursachen wie beispielsweise Erschöpfungszustände, depressive Verstimmungen oder Schlafstörungen. Insgesamt werden dem neu entdeckten Eisenmangelsyndrom neun Symptome zugeordnet.

Auch in der so genannten Ersten Welt leidet die Hälfte der Schulkinder an einem solchen Defizit mit seinen Auswirkungen (Konzentrationsstörungen, Antriebsarmut, Reizbarkeit, Müdigkeit). Nicht nur Schulkinder sind betroffen, sondern auch gut die Hälfte der Frauen im Menstruationsalter. Nicht zu vergessen die Senioren und Sportler, ebenfalls Kandidaten für Eisenmangel mit daraus resultierenden Symptomen.

In Ländern mit ausgesprochener Mangelernährung treten zusätzlich weitere eisenmangelbedingte Probleme auf wie Blutarmut, Immunschwäche oder Kindersterblichkeit.

Funktionen von Eisen

Dass Eisen für die Blutbildung (Hämoglobin) benötigt wird, ist jeder Krankenschwester und jedem Arzt klar. Es handelt sich um die absolut wichtigste Funktion von Eisen (Sauerstofftransport). Dass hingegen weitere 179 Körperfunktionen auf genügend Eisen angewiesen sind, lernt niemand in der universitären Ausbildung. Von den 180 bekannten eisenabhängigen Körperfunktionen werden hier nur sieben erwähnt:

1. Hämoglobinbildung (Sauerstofftransport im Blut)
2. Myoglobinbildung (Sauerstofftransport in der Muskulatur)
3. Energiegewinnung in den Zellen (Mitochondrien)
4. Hormonbildung (u.a. Glückshormone und Schlafhormone)
5. Gesunderhaltung des Immunsystems
6. Abbau freier Radikale (Schadstoffe)
7. Bildung von Grundsubstanz
8. Und weitere 172 Funktionen

Was geschieht wohl, wenn einzelne dieser Funktionen gedrosselt werden?

Das Eisenmangelsyndrom IDS (Iron Deficiency Syndrome)

Das Eisenmangelsyndrom beschreibt eine Gruppe von Symptomen, die durch Eisenmangel ausgelöst werden können:

1. Erschöpfungszustände
2. Konzentrationsstörungen
3. Depressive Verstimmungen
4. Schwindel
5. Schlafstörungen
6. Nackenverspannungen
7. Kopfschmerzen
8. Haarausfall
9. Nagelbrüchigkeit

Bisher als unspezifisch geltende Symptome (jeder kann so etwas schliesslich mal haben) wurden durch den Iron Code decodiert. Denn diese Symptome treten oft bei Eisenmangel auf. Bisher existieren über 35 europäische ärztliche Eisenzentren, die über das SIHO-Konzept verfügen. Das Konzept der Swiss Iron Health Organisation wird seit 2006 Internet-gestützt angewandt.

Viele Menschen mit den genannten Symptomen wurden bisher als psychosomatisch krank bezeichnet und entsprechend behandelt.

Diagnostik und Therapie (AIM: Advanced IDS Management)

Das AIM ist ein neues Konzept für die Diagnostik und Therapie von Eisenmangel. Es handelt sich um das grundlegende Knowhow für die ärztlichen Eisenzentren.

Diagnostik und Therapie des Eisenmangelsyndroms werden an den Universitäten genau so wenig gelehrt wie das Eisenmangelsyndrom selbst. Somit kann kein universitär ausgebildeter Arzt dieses Problem kennen, geschweige denn den Umgang mit dem Problem.

Eine patientenorientierte Forschung hat jedoch im Verlaufe der letzten zehn Jahre eine sichere Diagnostik und Therapie dafür entwickelt. Die entsprechende Logistik ist Internet-gestützt: Dank einem Internet-Calculator kann die Therapie gesteuert und die notwendige Anzahl von Eisenampullen online berechnet werden.

Dank der Internet-Datenbank health banking ist eine online-Qualitätskontrolle möglich.

Menschen mit IDS-Symptomen und gleichzeitigem Eisenmangel sollten in erster Linie Eisen erhalten (Erst-Linien-Therapie), und zwar professionell und so rasch wie möglich. Falls danach jedoch weiterhin Symptome vorliegen, ist eine gezielte Zweit-Linien-Therapie angesagt.

Die ärztlichen Eisenzentren verfügen über die Kompetenz für eine erfolgreiche Behandlung.

Ausblick

Was wäre, wenn der Eisenmangel global behoben wäre? Wir hätten zweifellos gesündere Menschen. Gelänge es dadurch vielleicht sogar, die Krankenkassenprämien nachhaltig zu senken?

Diese Fragen sind alle noch offen. Doch: Warten wir nicht auf Antworten, sondern handeln wir schon jetzt! Denn die Tatsachen sind offenkundig: Eisenmangel ist weltweit ein Riesenproblem - eigentlich *das* Problem, betrifft es doch fast die halbe Menschheit.

Eisenmangel wird in der Lehrmedizin leider bis heute noch tabuisiert, jedenfalls solange keine Eisenmangelanämie vorliegt. Nach der Entdeckung des Eisenmangelsyndroms sowie der Erarbeitung des SIHO-Konzepts steht jedoch einer Lösung nichts mehr im Wege: Betroffene haben nun die Möglichkeit, rasch gesund zu werden, und Ärzte erhalten das Instrumentarium für eine adäquate Behandlung.