Altersmythos CXL : Vitamin D kann helfen, Sturzfolgen zu vermindern durch Förderung der Knochenbildung, aber Stürze selber nicht beeinflussen

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich**

Band (Jahr): **- (2003-2004)**

Heft 82

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

ALTERSMYTHOS CXL

Vitamin D kann helfen, Sturzfolgen zu vermindern durch Förderung der Knochenbildung, aber Stürze selber nicht beeinflussen.

Wirklichkeit

Vitaminsubstitution bei Betagten hilft nicht nur gegen Osteoporose, sondern reduziert auch die Sturzhäufigkeit, vor allem von viel stürzenden Hochbetagten.

Begründung

In einer doppelblind randomisiert kontrollierten Studie in Basler Geriatriespitälern wurden 122 hospitalisierte chronisch kranke Hochbetagte (Durchschnittsalter 85 ± 6 Jahre) während 3 Monaten mit Calzium oder Calcium mit 800 IE Vitamin D behandelt und ihre Kraft und Stürze beobachtet. Ihre Komorbidität, Gehfähigkeit, Medikation, Body Mass Index, Kraft und Ernährungsparameter waren nicht unterschiedlich.

- Die Sturzhäufigkeit reduzierte sich von 0.06 Stürze pro Woche auf 0.03 bei den 62 mit Vitamin D behandelten und erhöhte sich bei der Kontrolle von 0.06 auf 0.08 (49% Reduktion der Sturzhäufigkeit durch Vitamin D p=<0.01). Die Reduktion der Sturzhäufigkeit betraf vor allem mehrfach fallende, die Anzahl stürzende Personen (14 vs 18) war nicht signifikant unterschiedlich.
- Die Kraft der mit Vitamin D behandelten erhöhte sich signifikant (p=0.009) und betraf Knie-Beugen und -Strecken, Handkraft und den up+go-test.
- Vitamin D bindet sich hoch spezifisch an Skelettmuskelrezeptoren und bewirkt in Vitamin D Mangelzuständen eine Verdickung der Muskelfibern nach 3 Monaten Substitution.

H.E. Bischof et al. Effects of Vitamin D and Calcium Substitution on falls: A Randomized Controlled Trial
J. Bone Minerals Research 2002 in Press