

Journal für

Gynäkologische Endokrinologie

Gynäkologie • Kontrazeption • Menopause • Reproduktionsmedizin

Aktuelles: Lebensenergie dank Eisen

Journal für Gynäkologische Endokrinologie 2012; 6 (3)

(Ausgabe für Schweiz), 24

Offizielles Organ der Österreichischen
IVF-Gesellschaft

Offizielles Organ der Österreichischen
Menopause-Gesellschaft

Indexed in EMBASE/Scopus/Excerpta Medica

www.kup.at/gynaekologie

Member of the



Homepage:

www.kup.at/gynaekologie

Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche

Krause & Pachernegg GmbH · VERLAG für MEDIZIN und WIRTSCHAFT · A-3003 Gablitz

P.b.b. GZ072687636M · Verlagspostamt: 3002 Puchersdorf · Erscheinungsort: 3003 Gablitz

Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig



Lebensenergie dank Eisen

Wer auf Sparflamme lebt, kann seine alltäglichen Pflichten und Aufgaben nicht mehr ausreichend erfüllen. Das Spurenelement Eisen hat einen wesentlichen Einfluss bei Müdigkeit und Leistungsabfall und kann bei angemessener Verabreichung die Energie wieder zurückgeben.

Um im Alltag konzentriert, fit und leistungsfähig zu sein, muss der Körper mit den nötigen Nährstoffen versorgt werden, die in einer ausgewogenen Ernährung enthalten sind. Unter anderem mit dem Spurenelement Eisen. Etwa 10–15 mg davon benötigt eine erwachsene Person täglich, damit sie ihren Gesamteisenspiegel von 4 g aufrecht halten kann. Doch die Realität sieht anders aus. Wie auf der Website von iron.medline.ch zu lesen ist, hat eine Studie an über 10.000 Schweizer Rekruten ergeben, dass etwa 7 % von ihnen einen Eisenmangel haben. Bei jungen Frauen liegt der europäische Schnitt bei etwa 15 %.

Eisen ist deshalb so wichtig, weil es im Hämoglobin Sauerstoff bindet und so sämtliche Körperzellen mit Energie versorgt. Daneben steuert Eisen zusätzlich viele weitere Stoffwechselvorgänge, wie z. B. die Zellatmung und den Energiemetabolismus. Fehlt dieses wichtige Spurenelement, zeigt sich dies in Symptomen wie Müdigkeit, Konzentrationsschwäche, Haarausfall, aber auch mit Leistungseinbrüchen im Sport. Dies oft lange, bevor eine echte Blutarmut (Anämie) entstanden ist. Vor allem Frauen, Kinder, ältere Personen, Leistungssportler und Patienten mit chronischen Erkrankungen oder Krebs benötigen mehr Eisen, als sie täglich zuführen, oder können das Spurenelement nur unzureichend über den Darm aufnehmen. Sie sind somit am häufigsten von Eisenmangel betroffen.

Eisenzufuhr bringt Besserung

Wichtige Eisenlieferanten sind rotes Fleisch, Getreide, Hülsenfrüchte und einzelne Gemüse wie zum Beispiel Spinat, Brokkoli oder Rosenkohl. Die Verfügbarkeit von Eisen im Fleisch ist ungefähr 3× höher als bei pflanzlichen Nahrungsmitteln. Vitamin C und Fruchtsäuren verbessern die Aufnahme von pflanzlichem Eisen im Darm; Milch, Soja, Schwarzte und Kaffee verschlechtern sie.

Wird das Eisen über längere Zeit nur ungenügend über die Ernährung zugeführt oder ist die Eisenaufnahme im Darm blockiert, wie z. B. bei chronischen Erkrankungen, sind die Eisenspeicher früher oder später leer und typische Eisenmangel-Symptome wie Müdigkeit, Leistungsabfall oder Haarausfall weisen auf den Mangel hin, bevor eine Blutarmut entsteht.

Anhand verschiedener Studien konnte belegt werden, dass durch die Zufuhr von Eisen viele der oben genannten Symptome gelindert oder ganz zum Verschwinden gebracht werden können. Gleichzeitig liegen viele Erfahrungsberichte von Patienten und behandelnden Ärzten vor, die bedeutende Erfolge mit der Eisensupplementierung dokumentieren.

Schnell und einfach mit Ferinject®

Ist eine Eisensubstituierung mit oralen Präparaten ungenügend wirksam oder unverträglich, ist intravenöses Eisen die Therapie der Wahl. Eisencarboxymaltose (Ferinject®) ist im Gegensatz zu früher angewendeten, hochmolekularen Eisenverbindungen sehr gut verträglich und löst sehr selten ernsthafte Nebenwirkungen aus. Bei erschöpften Eisenspeichern beträgt die benötigte Eisendosis oft 1000 mg und mehr, wobei eine wöchentliche Ma-



ximaldosis von 1000 mg bzw. 15 mg Eisen pro Kilogramm Körpergewicht bei einem Körpergewicht von < 67 kg verabreicht werden kann. Die intravenöse Anwendung mittels Infusion dauert lediglich 15 Minuten. Sowohl für den behandelnden Arzt wie auch für den Patienten ist Ferinject® somit eine schnelle und wirkungsvolle Methode zur Behandlung von Eisenmangel und Eisenmangelanämie. Ferinject® füllt die leeren Eisenspeicher effizient und gut verträglich wieder auf und verbessert die Lebensqualität der Patienten.

Quelle: www.iron.medline.ch

Weitere Informationen:

Vifor AG

Route de Moncor 10

CH-1752 Villars-sur-Glâne 1

Internet: www.viforpharma.ch,

www.eisenmangel.ch

Ferinject®. Z: Eisencarboxymaltose. **I:** Eisenmangel, wenn orale Eisentherapie ungenügend wirksam, unwirksam oder nicht durchführbar ist. **D:** Die kumulative Gesamtdosis von Ferinject muss individuell berechnet werden. Ferinject kann als intravenöse Infusion (verdünnt in 0,9 % NaCl) in wöchentlichen Einzeldosen von bis zu 15 mg/kg, maximal 1000 mg, bis zum Erreichen der berechneten kumulativen Gesamtdosis verabreicht werden. Als i. v. Bolusinjektion kann Ferinject (unverdünnt) in Dosen von bis zu 200 mg Eisen pro Tag verabreicht werden, jedoch nicht mehr als 3x/Woche. **KI:** Überempfindlichkeit gegenüber Wirkstoff oder Hilfsstoffe, Anämie ohne gesicherten Eisenmangel, Eisenüberladung, erstes Schwangerschaftstrimester. **VM:** Vorrichtungen zur Behandlung einer anaphylaktischen Reaktion sollten verfügbar sein. Paravenöse Injektion kann eine braune Verfärbung und Reizung der Haut verursachen und ist deshalb zu vermeiden. Bei akuter oder chronischer Infektion nur mit Vorsicht anwenden. Natriumgehalt von bis zu 11 mg/ml berücksichtigen. **UW:** Hypersensitivität, Kopfschmerzen, Schwindel, Parästhesien, Tachykardie, Hypotonie, Erröten, gastrointestinale Beschwerden, Störung des Geschmacksempfindens, Hautausschlag, Pruritus, Urticaria, Myalgie, Rückenschmerzen, Arthralgie, Hämaturie, Reaktionen an der Injektionsstelle, Phlebitis, Fieber, Müdigkeit, Schmerzen im Brustkorb, Muskelsteifigkeit, Unwohlsein, peripheres Ödem, Schüttelfrost, transiente Serumphosphatsenkung, erhöhte Alanin-Aminotransferase, Aspartat-Aminotransferase, Gamma-Glutamyltransferase, Laktatdehydrogenase und alkalische Phosphatase. **IA:** Bei der gleichzeitigen Verabreichung von oralen Eisenpräparaten ist dessen Absorption reduziert. **P:** 5 Stechampullen zu 100 mg (2 ml) oder 500 mg (10 ml) und 1 Stechampulle zu 500 mg (10 ml). **Liste B.** Detaillierte Informationen: Arzneimittelkompendium der Schweiz oder www.documed.ch. Zulassungsinhaber: **Vifor (International) AG, CH-9001 St. Gallen; Vertrieb: Vifor AG, CH-1752 Villars-sur-Glâne.**

Mitteilungen aus der Redaktion

Besuchen Sie unsere zeitschriftenübergreifende Datenbank

☒ [Bilddatenbank](#)

☒ [Artikeldatenbank](#)

☒ [Fallberichte](#)

e-Journal-Abo

Beziehen Sie die elektronischen Ausgaben dieser Zeitschrift hier.

Die Lieferung umfasst 4–5 Ausgaben pro Jahr zzgl. allfälliger Sonderhefte.

Unsere e-Journale stehen als PDF-Datei zur Verfügung und sind auf den meisten der marktüblichen e-Book-Readern, Tablets sowie auf iPad funktionsfähig.

☒ [Bestellung e-Journal-Abo](#)

Haftungsausschluss

Die in unseren Webseiten publizierten Informationen richten sich **ausschließlich an geprüfte und autorisierte medizinische Berufsgruppen** und entbinden nicht von der ärztlichen Sorgfaltspflicht sowie von einer ausführlichen Patientenaufklärung über therapeutische Optionen und deren Wirkungen bzw. Nebenwirkungen. Die entsprechenden Angaben werden von den Autoren mit der größten Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Die angegebenen Dosierungen sind im Einzelfall anhand der Fachinformationen zu überprüfen. Weder die Autoren, noch die tragenden Gesellschaften noch der Verlag übernehmen irgendwelche Haftungsansprüche.

Bitte beachten Sie auch diese Seiten:

[Impressum](#)

[Disclaimers & Copyright](#)

[Datenschutzerklärung](#)