



Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie

Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie:

Wirkung einer Vitamin D-Gabe nur bei bestimmten Personengruppen und Patienten gesichert

Altdorf, Januar 2012 – Ein positiver Effekt einer Vitamin D-Gabe ist heute nur in bestimmten Fällen gesichert: Zur Vorbeugung von Rachitis bei Säuglingen, für Menschen mit einer die Knochen erweichenden Osteomalazie, bei chronischer Niereninsuffizienz, Nebenschilddrüsenschwäche und zur Vorbeugung bei älteren Menschen, die Osteoporose- und sturzgefährdet sind – insbesondere bei Heimbewohnern. Zusammen mit Kalzium gehört Vitamin D zudem zur Basistherapie von Osteoporose. Darauf weist die Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie (DGE) jetzt erneut hin, und bezieht sich damit auf neuere Publikationen und eine aktuelle Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, die diese Auffassung unterstützen. Für Krankheitsbilder wie Krebs, Herz-Kreislaufleiden, Diabetes, Multiple Sklerose, Immun- und Infektionskrankheiten liegen dagegen nicht genügend valide Daten aus großen Interventionsstudien zur Vitamin D-Gabe vor. Somit entbehrt diese hier einer evidenzbasierten Grundlage, so der Pressesprecher der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie, Professor Dr. med. Helmut Schatz aus Bochum. Bereits im Februar 2010 hatte die Fachgesellschaft in einer Pressemitteilung zu einem „bewussten Umgang mit Vitamin D-Präparaten“ geraten.

Vitamin D bildet der Körper unter Einfluss von Sonnenlicht zum überwiegenden Teil selbst, ein kleinerer Teil stammt aus der Nahrung. Anschließend wandeln Leber und Niere es in zwei Schritten zum aktiven Vitamin D₃-Hormon, dem „Calcitriol“ um. Ob ein Mensch ausreichend mit Vitamin D versorgt ist, beurteilen Endokrinologen durch Messung des 25(OH)-Vitamin D, des Calcidiols. International gilt ein Spiegel von über 30 Nanogramm pro Milliliter (ng/ml) als optimal, 20 bis 29 ng/ml werden als ausreichend angesehen. Von 10 bis 19 ng/ml spricht man von einer „Insuffizienz“ und unter 10 ng/ml einer „Defizienz“, einem schweren Mangel. Verschiedene Experten und Gremien befürworten auch höhere Werte: Die amerikanische Endocrine Society bezeichnet Werte unter 20 ng/ml bereits als „Deficiency“ (1).

Pressestelle

Anna Julia Voormann
Dagmar Arnold
Postfach 30 11 20
D-70451 Stuttgart
Telefon: 0711/ 89 31-380
Telefax: 0711/ 89 31-167
arnold@medizinkommunikation.org
www.endokrinologie.net



„Über die klinische Bedeutung eines alleinigen, als insuffizient oder auch ausreichend eingestuften Vitamin D-Wertes ohne zusätzliche Risikofaktoren zum Beispiel für eine Osteoporose, wird heftig diskutiert“, betont Professor Schatz. Die 25(OH)-Vitamin-D-Messwerte würden zwar immer noch von der Bestimmungsmethodik abhängen, heute stimmen aber die verschiedenen Messverfahren vergleichsweise gut überein. Im mittleren Referenzbereich seien jedoch die Abweichungen vielfach noch beträchtlich (2). Eine Bestimmung des 25(OH)-Vitamin-D koste in Großbritannien ungefähr 20 britische Pfund, in Deutschland sind es 18,40 Euro. Nach einem Kommentar in der Zeitschrift LANCET (3) vom 14. Januar 2012 seien generelle Vitamin D-Bestimmungen „costly, confusing, and without credibility“ (3).

Zur Frage einer über die muskuloskeletale Wirkung hinausgehenden, „pleiotropen“ Wirksamkeit von Vitamin D verweist dieser Kommentar im LANCET (3) unter anderem auf eine Publikation in der amerikanischen Zeitschrift JAMA (4). Danach liege keine Evidenz für ein vermindertes Risiko von Herz-Kreislauf-erkrankungen oder Diabetes durch Vitamin D vor. Eine Metaanalyse vom Dezember 2011 ergab keine einheitlichen, robusten Daten für eine vor Krebs schützende Wirkung von Vitamin D (5). In einer randomisierten, placebo-kontrollierten Studie an über 5000 älteren Personen bewirkten 800 Einheiten Vitamin D pro Tag keinen Schutz vor Herz-Gefäßtod, Krebserkrankung oder Krebs Tod (6). Eine Cochrane-Analyse von 2011 ergab keinen Effekt von Vitamin D auf einen Herz-Kreislauf-Tod, die Krebssterblichkeit nahm darin insgesamt nicht signifikant ab. Hingegen errechneten die Forscher eine signifikante Zunahme einer Hyperkalzämie, also von erhöhten Kalziumspiegeln unter den rezeptpflichtigen aktiven Formen von Vitamin D Alphacalcidol und Calcitriol (7).

Zurzeit laufen zwei große Studien zur Wirksamkeit einer Vitamin D-Zufuhr an, geplant an je 20 000 Personen in den USA und in Großbritannien: In der amerikanischen VITAL-Studie werden täglich 2000 Einheiten Vitamin D gegeben, in der britischen VIDAL-Studie monatlich 100 000 Einheiten, was 3200 E /Tag entspricht. Ergebnisse sind frühestens 2016 zu erwarten. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung hat in ihrer Stellungnahme zu „Vitamin D und Prävention ausgewählter chronischer Krankheiten“ den derzeitigen Stand der Evidenzen aus den bisher vorliegenden Studien für oder gegen eine Wirksamkeit übersichtlich in Tabelle 5.1 aufgelistet (8).



Zusammenfassend betont Professor Schatz, dass Vitamin D eine Hormon-Vorstufe darstellt, wofür derzeit wichtige medizinische Indikationen gesichert sind. „Bevor man aber Vitamin D ohne ausreichende Evidenzen aus Interventionsstudien zur Vorbeugung von Erkrankungen außerhalb des muskuloskeletalen Bereichs breit bei großen Bevölkerungsgruppen einsetzt, bleibt abzuwarten, ob sich die zahlreichen Hinweise aus Assoziations-, Observations- und epidemiologischen Studien sowie kleineren randomisierten, prospektiven Untersuchungsreihen bestätigen werden oder nicht“, so der Endokrinologe. Gleiches gelte für Reihenuntersuchungen in der Bevölkerung auf den 25(OH)Vitamin-D-Spiegel. Diese Screenings sollten laut DGE derzeit nur gezielt bei bestimmten Altersgruppen und Risikopopulationen vorgenommen werden.

Literatur:

1. Holick MF et al, *J Clin Endocrinol Metabol*, published online June 6, 2011
2. Binkley N et al, *Clin Chim Acta* 2010, 411: 1976-1982
3. Sattar N et al: *Lancet* 2012, 379: 95-96
4. Shapses SA et al, *JAMA* 2011,305 : 2565-2566
5. Mei Chung et al, *Ann Intern Med* 2011, 155 :827-838
6. Avenell A et al, *J Clin Endocrinol Metabol* 2011, DOI:10.1210jc.2011-1309
7. Bjelakovic G et al, *The Cochrane Library* 2011, Issue 7
8. Linseisen et al, <http://www.dge.de/pdf/ws/DGE-Stellungnahme-VitD-111220.pdf>

Endokrinologie ist die Lehre von den Hormonen, Stoffwechsel und den Erkrankungen auf diesem Gebiet. Hormone werden von endokrinen Drüsen, zum Beispiel Schilddrüse oder Hirnanhangdrüse, aber auch bestimmten Zellen in Hoden und Eierstöcken, „endokrin“ ausgeschüttet, das heißt nach „innen“ in das Blut abgegeben. Im Unterschied dazu geben „exokrine“ Drüsen, wie Speichel- oder Schweißdrüsen, ihre Sekrete nach „außen“ ab.