

## Pressemitteilung

Deutsche Gesellschaft für Klinische Chemie und Laboratoriumsmedizin e. V.

Markus Wolters

26.09.2024

<http://idw-online.de/de/news840336>

Buntes aus der Wissenschaft, Forschungs- / Wissenstransfer  
Biologie, Chemie, Medizin  
überregional



## Chips, Cola, Vegan: Wer nicht aufpasst, kann an Anämie erkranken

Die Fälle an ernährungsbedingten Anämien in Deutschland sind selten, nehmen aber zu. Darauf machten die an der Universitätsmedizin Göttingen (UMG) forschenden Julie Schanz, Julia Knaus und Nils Brökers auf dem Deutschen Kongress für Labormedizin (DKLM) in Bremen aufmerksam.

Grund hierfür sei die Tatsache, dass einseitige Ernährung zu einem Vitamin B<sub>12</sub> oder Folsäuremangel führt. Diese Bausteine jedoch spielen für den hochkomplexen Prozess der Blutbildung eine zentrale Rolle. Auch Eisenmangel kann - mitunter ebenfalls Folge der einseitigen Ernährung - zu einer Anämie führen.

Für Betroffene sind die Folgen mehr als beängstigend. "Zu uns kam ein Patient, der sich quasi von Chips und Cola ernährte, während er über Wochen hinweg am PC zockte", schildert Mediziner Brökers. "Infolge der vorhandenen Anämie wies er bereits neurologische Ausfallerscheinungen auf, er konnte nicht mehr scharf sehen"

Wichtig in solchen Fällen sei in erster Linie eine rasche Diagnose. "Denn neurologische Schäden, die infolge einer Anämie länger als acht Wochen unbehandelt bestehen bleiben, verschwinden in vielen Fällen gar nicht mehr", weiß Professorin Schanz zu berichten.

Während die Umstellung der eingenommenen Nahrungsmittel, oder aber die Substitution der fehlenden "Bausteine" in solchen Fällen bereits ausreicht, um eine Therapie erfolgreich durchzuführen, ist die Diagnose einer Anämie sehr komplex.

Die Anämie an sich ist nämlich keine eigenständige Erkrankung, sondern ein Symptom. Herauszufinden, welche Ursache hinter dem Symptom steckt, erweist sich als mitunter schwierig. Der Grund: Immer dann, wenn der Organismus das Fehlen eines einzelnen Bausteins erkennt, versucht er dieses Manko auszugleichen. Das wiederum geht auf Kosten der anderen Bausteine. So versucht das Knochenmark in bestimmten Situationen verstärkt Erythrozyten zu bilden, was wiederum auf Kosten der Eisenvorräte erfolgt. Infolgedessen fehlt ein weiterer Baustein der Blutbildung - ein Teufelskreis.

Ein hilfreiches Instrument in der Labordiagnostik sei daher der sogenannte Retikulozyten-Reproduktions-Index, RPI, erklärt Schanz.

Der RPI könne helfen, "durch Bildungsstörungen bedingte Anämien (niedriger RPI) von Anämien, die durch einen Verlust oder Verbrauch bedingt sind (hoher RPI) zu unterscheiden", so Schanz.

Die Prävalenz der Anämien in Deutschland liegt dem Göttinger UMG-Team zufolge bei vier bis sechs Prozent. Problematisch sei die Tatsache, dass gerade bei alten Menschen Anämien nach wie vor als "normal" angesehen würden. Daher würden die Ursachen bei Menschen über 70 Jahren in italienischen Krankenhäusern gar nicht abgeklärt, zitiert Schanz die Ergebnisse einer entsprechenden Studie. Und fügt im gleichen Atemzug hinzu: "Eine Anämie ist nie normal."

ABDRUCK HONORARFREI BEI NENNUNG DER QUELLE [www.medlabportal.de](http://www.medlabportal.de)

URL zur Pressemitteilung: <https://medlabportal.de>

