

Pressemitteilung | 22. August 2019

Auch Dialysepatienten benötigen Vitamin B

Wenn bei Dialysepatienten auf eine ausreichende Eiweißzufuhr geachtet wird, sind die B-Vitamine automatisch mit berücksichtigt. Das ist das Fazit eines Symposiums der B. Braun Melsungen AG auf der 28. Dialysefachtagung im Mai in Erfurt.

„Ich habe mich im Studium nie wirklich für Vitamine interessiert, sie waren mir zu winzig und zu kompliziert“, sagte die Ökotrophologin Dr. Ulrike von Herz in ihrem Vortrag. Um die Wichtigkeit von Vitamin B₁ (Thiamin) zu verdeutlichen, nahm sie die Teilnehmer mit auf eine Reise in die Zelle. Bei Thiaminmangel wird die Glukose in den Mitochondrien nicht vollständig verstoffwechselt, so dass sich Laktat im Körper anreichern kann.

Die Ernährungsberatung spielt eine große und vielfältige Rolle bei Dialysepatienten. Weder Ärzte noch Pflegepersonal können dieses Thema ignorieren. Jedoch ist es bereits kompliziert, den Eiweiß- und Energiebedarf zu decken, ohne die Zufuhr an Kalium und Phosphat erheblich zu erhöhen. Dabei wird häufig übersehen, dass B-Vitamine auch eine zentrale Rolle im Energie- und Proteinstoffwechsel spielen. Wer also über Eiweiß- und Energiezufuhr spricht, muss auch (Vitamin) B sagen.

Nierengesunde Menschen haben in der Regel kein Risiko für einen Vitamin-B-Mangel. Bei einer gesunden ballaststoffreichen Mischkost werden B-Vitamine ausreichend über Fleisch und Vollkornprodukte aufgenommen.

Dialysepatienten, die sich an die entsprechenden Empfehlungen für eine kalium- und phosphatarme Ernährung halten, vermeiden häufig Ballaststoffe

Seite 2 von 2

und reduzieren die Fleischzufuhr. Somit besteht das Risiko für eine Unterversorgung an B-Vitaminen. Verstärkt wird dieser Effekt durch den Dialyseverlust von B-Vitaminen.

Muss nun jeder Dialysepatient B-Vitamine substituieren oder kann man den Bedarf auch über die Ernährung decken? Eine Antwort auf diese Frage liefert die Studie von Decombes et al. von 1993. Bei 43 Patienten wurde die Vitamin B-Zufuhr in Abhängigkeit der Proteinzufuhr ermittelt. Ab einer Proteinzufuhr von 60 Gramm pro Tag werden nahezu die empfohlenen Vitaminmengen erreicht. Zur Überprüfung dieser These stellte Frau Dr. von Herz einen exemplarischen Tagesplan mit einer Eiweißzufuhr von 80 Gramm pro Tag auf. Durch eine geeignete Lebensmittelauswahl, wie zum Beispiel parboiled Reis, Schweinefleisch und Quark, lassen sich für Dialysepatienten in der Tat drei Fliegen (eiweißreich, reich an B-Vitaminen und phosphatarm) mit einer Klappe schlagen. Eine Vitaminsubstitution wird nur bei Risikogruppen wie Veganern, Senioren und Alkoholikern sowie bei einseitiger Ernährung empfohlen.

B. Braun Melsungen AG
Carl-Braun-Str. 1
D-34212 Melsungen
Tel.: 0 56 61 71 33 99
E-Mail: info.de@bbraun.com
www.bbraun.de
