

Eisenmangel ist gut heilbar: Frauen brauchen dazu gleich viel Eisen wie Männer



Die halbe Menschheit leidet an einem unbehandelten Eisenmangel. Das hat sich in der Schweiz geändert. Hier wurde die intravenöse Eisentherapie eingeführt, was das Land zum globalen Vorbild macht.

Gemäss der WHO (World Health Organisation) ist jeder zweite Erdenbürger von einem Eisenmangel betroffen. Die typischen Symptome sind Erschöpfungszustände, Konzentrationsstörungen, ADS, Lustlosigkeit bis zu depressiver Verstimmung, Schwindel, Schlafstörungen, Nackenverspannungen, Kopfschmerzen oder Haarausfall. Ganz überwiegend betroffen sind Frauen im Menstruationsalter, Kinder und Jugendliche. Da Frauen bei jeder Regelblutung Eisen verlieren, liegt ihr Eisenspiegel durchschnittlich achtmal tiefer als jener der Männer. Der Körper stellt selbst kein Eisen her und muss es darum von aussen aufnehmen. Die Website www.regelblutung.ch bietet vertiefte Informationen über den Zusammenhang von Menstruation und Eisenmangel.



Bildunterschrift

EISENFUNKTIONEN UND SYMPTOME BEI EISENMANGEL

In einem gesunden menschlichen Organismus befinden sich gerade einmal vier bis fünf Gramm Eisen. Doch diese kleine Menge spielt eine gewichtige Rolle für viele Körperfunktionen. Die wichtigste ist die Energiebildung in allen Körperzellen. Wenn durch Eisenmangel die Energiebildung zurückgeht, ist chronische Müdigkeit die häufigste Folge. Darüber hinaus können aber durch die Drosselung eisenabhängiger Körperfunktionen auch spezifische Symptome entstehen. Zu diesen Funktionen gehören unter anderem die Hormon- und Blutbildung sowie die Ernährung der Haarwurzeln.

Wenn beispielsweise das Glückshormon Serotonin nur noch in zu geringer Menge vorkommt, kann das Stimmungsschwankungen oder sogar depressive Verstimmungen auslösen. Bei Dopaminmangel können Konzentrationsstörungen auftreten – bei

Kindern ADS (Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom) genannt. Zu wenige Schlafhormone können Schlafstörungen zur Folge haben. Bei einer Drosselung der Blutbildung entsteht eine Blutarmut (Anämie). Betroffene leiden auch an Atemnot. Wenn die Haarwurzeln nicht genügend Eisen erhalten, tritt Haarausfall auf. Der Mensch braucht also das Eisen wie die Pflanze das Wasser. Unter www.eisenmangel.org ist im Detail nachzulesen, wie Eisenmangel viele Körperfunktionen hemmt.

DIE EISENTHERAPIE

Nach einer umfangreichen Diagnostik wird die Patientin in einem ersten Schritt mit der für sie berechneten Dosis an Eisen aufgesättigt. Die meisten werden dadurch gesund. Eisentabletten sind nur in den seltensten Fällen ausreichend für eine Auf-sättigung. Deshalb hat die Schweizer Ärzteschaft

die intravenöse Eisentherapie eingeführt. Bisher wurden auf diese Weise über eine Million Eisenmangelpatienteninnen und -patienten erfolgreich behandelt. Aufgrund der Menstruation sinkt der Eisenspiegel bei vielen Frauen aber immer wieder unter die kritische Grenze. Nach der Aufsättigung ist diesem Umstand mit einer individuellen Erhaltungstherapie aber gut und unkompliziert beizukommen.

Die Auswirkungen von Eisenmangel auf die Volksgesundheit sind weitreichend. Denn oftmals werden wirkungslose Therapien verschrieben, oft psychologische und psychiatrische. Dadurch werden aber nur Symptome behandelt, statt deren Ursache, den Eisenmangel. Solche Ansätze bringen keine Besserung und ziehen weitere Behandlungen nach sich. Flächendeckende Eisentherapie würde also auch die Gesundheitskosten senken, wie auf www.eisenresolution.org weiter ausgeführt wird.

UNTERSUCHUNG DER NOTWENDIGKEIT DER EISENTHERAPIE DURCH DAS BAG

Im Jahr 2014 hat das Swiss Medical Board der Swiss Iron Health Organisation SIHO bestätigt, dass die intravenöse Eisentherapie die WZW-Kriterien (Wirksamkeit, Zweckmässigkeit und Wirtschaftlichkeit) erfüllt. Trotzdem untersucht das BAG seit 2015 den Zusammenhang von Menstruation und Eisenmangel. Nachdem anfänglich geplant war, dabei die WZW-Kriterien zu berücksichtigen, hat das BAG im Sommer 2018 mitgeteilt, nun doch ausschliesslich die Kosten zu berücksichtigen. Ziel des BAG scheint zu sein, die Kassenpflicht der Eisentherapie abzuschaffen. Über diese Absicht kann jedermann abstimmen auf www.eisenabstimmung.ch.



ZUM AUTOR

Dr. med. Beat Schaub
Präsident SIHO

Swiss Iron Health Organisation SIHO
Sekretariat: Hauptstrasse 1 · 4102 Binningen

T: +41 (0)61 421 77 77

E: beat.schaub@siho-global.org

www.siho-global.org