

Mediengattung: Online News

Nummer: 5177636255

Weblink: <https://www.praxis-depesche.de/nachrichten/auch-nach-schwangerschaft-an-eisenmangel-denken/>

## Auch nach Schwangerschaft an Eisenmangel denken

Müdigkeit, Konzentrationsprobleme, Schwindel, Kopfschmerzen – die Symptome des Eisenmangels sind vielfältig. Wie können die verschiedenen Formen diagnostiziert werden? Welche Ursachen stecken dahinter? Von welcher Therapie profitieren Patient:innen, um langfristige Gesundheitsschäden zu vermeiden? Ein internationales Forscherteam hat jetzt aktuelle, evidenzbasierte Empfehlungen zur Diagnostik und Therapie von Eisenmangel veröffentlicht.

Federführend für den Übersichtsartikel sind Wissenschaftler:innen um Prof. Martina Muckenthaler, Leiterin der Sektion Molekulare Medizin, Klinik für Pädiatrische Onkologie, Hämatologie und Immunologie am Universitätsklinikum Heidelberg, sowie Forscher:innen aus Australien und den Niederlanden. Nach Angaben der Deutschen Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie sind in Europa zwischen 5 und 10 % der Bevölkerung von einem Eisenmangel betroffen. Eisenmangel ist eine Hauptursache von Anämie (Blutarmut), schwerwiegende gesundheitliche Langzeitschäden wie Herzerkrankungen oder Entwicklungsstörungen bei Kindern können die Folgen sein. Dabei sind die Ursachen für niedrige Eisenspiegel sehr unterschiedlich: verminderte Eisenaufnahme aus der Nahrung, erhöhter Eisenverbrauch während einer Schwangerschaft oder bei Kindern und Jugendlichen sowie Blutverlust im Verdauungstrakt gehören dazu. Eisenmangel kann auch als eine Begleiterkrankung von chronischen

Krankheiten auftreten, z. B. bei Autoimmunerkrankungen, Krebs oder chronischen Infektionen.

„Wir raten dazu, dass ältere Männer sowie Frauen nach der Menopause zur Abklärung eines Eisenmangels einen Gastroenterologen aufsuchen. Auch eine Unverträglichkeit des Dünndarms gegenüber Gluten, die sogenannte Zöliakie, sollte abgeklärt werden“, so Muckenthaler. Außerdem konnte in klinischen Forschungsarbeiten gezeigt werden, dass eine Gabe von oralem Eisen, z. B. in Tablettenform, an jedem 2. Tag ein besseres Behandlungsergebnis erzielt als eine tägliche Einnahme, vor allem wenn der Eisenmangel mild ist. Verbreitete Symptome von Eisenmangel sind Müdigkeit und Lethargie, Konzentrationsprobleme, Schwindel, Tinnitus, Blässe und Kopfschmerzen. Bei dafür anfälligen Personen kann Eisenmangel das Restless-Legs-Syndrom fördern. Aber er kann sich auch als Haarausfall, trockenes Haar oder trockene Haut, Koilonychie oder atrophische Glossitis präsentieren. Eisen-

mangel und Anämie können auch Symptome von Erkrankungen verschlimmern und die Prognose verschlechtern, einschließlich der Herzinsuffizienz und ischämischer Herzerkrankung. Laut den Autor:innen sollte bei allen Patient:innen mit Eisenmangel nach einer zugrunde liegenden Ursache gesucht werden: Routinemäßig sollte eine Untersuchung auf Zöliakie in Betracht gezogen werden; auch eine endoskopische Untersuchung, um Blutungen durch Läsionen im Magen-Darm-Trakt auszuschließen, ist bei Männern und Frauen nach der Menopause mit eisenmangelbedingter Anämie gerechtfertigt. GFI

Quelle: Bird J et al.: Iron deficiency. Universitätsklinikum H Heidelberg; idw -Pressemitteilung. Lancet 2021; 397(10270): 233-48

ICD-Codes:

Urheberrecht: Adobe Stock - globalmoments

**Abbildung:** Eisenmangel gibt es in verschiedensten Lebenssituationen

**Wörter:** 379