

MEDIZIN-TELEGRAMM FEBRUAR 2023

Probiotika als Adjuvans zu Arzneimitteln

Aufgrund von Veränderungen unseres Lebensraums und der Ernährungsgewohnheiten haben Krankheiten und infolgedessen auch der Einsatz von Arzneimitteln zugenommen. Nebenwirkungen durch Medikamente und deren reduzierte Effizienz zählen zu den Hauptgründen für den Misserfolg von Behandlungen. Klinische Studien haben gezeigt, dass eine gestörte Darmflora eine wesentliche Rolle bei Medikamenten-induzierten Nebenwirkungen spielt. Probiotika können zum Gleichgewicht der intestinalen Mikroökologie beitragen und als Adjuvans Medikamenten-induzierte Nebenwirkungen wie Leber- und Nierenschäden etc. verhindern oder lindern. Auch bei Nebenwirkungen von Zytostatika sollen Probiotika eine Option sein.

(Ren Z, Hong Y, Huo Y et al. Prospects of probiotic adjuvant drugs in clinical treatment. Nutrients. 2022 Nov 9;14(22):4723)

In Sitobact® Kapseln finden sich ein aufeinander abgestimmter Lactobacillus-Mix aus 5 Stämmen probiotischer Milchsäurebakterien, ein Präbiotikum (resistentes Dextrin) sowie wichtige Mikronährstoffe wie Zink, Folsäure, Vitamin B12, Biotin und Vitamin D3. Zink werden entzündungshemmende Effekte attestiert. Zudem tragen Zink, Folsäure, Vitamin B12 und Vitamin D zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei, während Biotin zur Erhaltung normaler Schleimhäute beiträgt.

Bromelain und Erhalt des Alveolarkamms (ARP)

Der Erhalt des Alveolarkamms ist eine Intervention, die das Ziel hat, ein angemessenes Knochenvolumen für die Implantatchirurgie zu bewahren. Schmerzen und Schwellungen wurden bei 22 Patienten

nach Zahnextraktion und ARP beurteilt. Patienten, die Bromelain eingenommen hatten (n = 11, täglich 2 Kapseln mit je 40 mg, 2 Tage vor und 7 Tage nach dem Eingriff), zeigten 2 und 7 Tage nach der ARP bessere Resultate in Bezug auf Schwellungen und Schmerzen, als die Kontrollpersonen (n = 11). 14 Tage nach der OP hatten sie ebenfalls weniger Schmerzen, als die Kontrollgruppe. Die Kontrollgruppe erhielt postoperativ 7 Tage lang einmal täglich 1.000 mg Paracetamol.

(Chisci G, Fredianelli L: Therapeutic efficacy of bromelain in alveolar ridge preservation. Antibiotics, 11, 1542, publ. 03.11.2022)

Bromelain sowie 75 mg Papain, 100 mg Pankreatin, 500 µg Thiamin (Vit. B1), 150 µg Folsäure und 100 µg Biotin.

Vitamin D und COVID-19

Laut einer systematischen Übersichtsarbeit und Meta-Analyse aus 9 randomisierten, kontrollierten Studien mit 1.586 bestätigten COVID-19 Patienten zeigte die Vitamin D-Gruppe eine signifikante Reduktion bei Einweisungen auf die Intensivstation im Vergleich zur Kontrollgruppe.

(Zaazouee MS, Eleisawy M, Abdalalaziz AM et al. Hospital and laboratory outcomes of patients with COVID-19 who received vitamin D supplementation: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Naunyn Schmiedebergs Arch Pharmacol. 2022 Dec 12;1-14)

Vitamin D3 Köhler 2000 IE liefert pro Kapsel 50 µg Vitamin D3, während Debora® 5.600 IE pro Kapsel 140 µg enthält. In beiden Präparaten liegt das Vitamin in nativem Leinsamenöl gelöst vor.

Zink und Brain-derived neurotrophic factor (BDNF)

Der BDNF zählt zu den Neurotrophinen. Dies sind Wachstumsfaktoren, die an membranständige Rezeptoren mit Tyrosinkinaseaktivität binden und die Proliferation und Differenzierung von Nervenzellen steuern. Der BDNF stimuliert die Neurogenese und fördert die Ausbildung von Synapsen.

(<https://www.psychyrembel.de/BDNF/P03XD>, abgerufen am 20.12.22).

Im Gehirn findet sich dieser Wachstumsfaktor v. a. im Bereich von Vorderhirn, Hippocampus und Großhirnrinde. Diese Gehirnareale sind zuständig für abstraktes Denken, logische Gedankengänge, organisatorisches Denken und Gedächtnisleistungen. Der BDNF beeinflusst dabei signifikant die Funktion des Langzeitgedächtnisses.

(https://flexikon.doccheck.com/de/Wachstumsfaktor_BDNF, abgerufen am 20.12.22).

Gemäß einer systematischen Übersichtsarbeit und Meta-Analyse aus 4 randomisierten kontrollierten Studien erhöhten sich durch eine Zink-Supplementierung, verglichen mit Placebo, signifikant die zirkulierenden BDNF-Konzentrationen.

(Agh F, Hasani M, Khazdouz M et al. The effect of zinc supplementation on circulating levels of brain-derived neurotrophic factor (BDNF): A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Int J Prev Med.* 2022 Sep 20;13:117)

Unizink® 50 versorgt den Körper mit Zink-Aspartat in Form von magenschonenden Tabletten.

Coenzym Q10 (CoQ10) und Fatigue

CoQ10 ist ein populärer Mikronährstoff, ein Antioxidans und essenzieller Bestandteil der mitochondrialen Elektronentransportkette. Einige klinische Studien weisen darauf hin, dass eine Fatigue durch die Supplementierung von Antioxidantien reduziert werden kann. Laut einer aktuellen systematischen Übersichtsarbeit und Meta-Analyse aus 13 randomisierten, Placebo-kontrollierten Studien mit insgesamt 1.126 Probanden zeigte sich in der CoQ10-Gruppe eine statistisch signifikante Verringerung der Fatigue-Scores im Vergleich zum Placebo. Die Ergebnisse offenbarten, dass Erhöhungen der täglichen Dosis und die Dauer der CoQ10-Einnahme mit einer stärkeren Linderung der Fatigue korrelierten. In der CoQ10-Gruppe (n = 602) trat nur eine Nebenwirkung auf, die den Gastrointestinaltrakt betraf. Basierend auf den Resultaten dieser Meta-Analyse, schlussfolgern die Forscher, dass CoQ10 effektiv und sicher ist, um Fatigue-Symptome zu vermindern.

(Tsai I-C, Hsu C-W, Chang C-H et al. Effectiveness of coenzyme q10 supplementation for reducing fatigue: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Front Pharmacol.* 2022 Aug 24;13:883251.)

Cuvital® liposomal 100 enthält pro Fläschchen 100 mg Coenzym Q10.

Selen und Insulinresistenz

Selen soll wirksam sein, um den Glukose- und Lipidstoffwechsel zu regulieren. Eine systematische Übersichtsarbeit und Meta-Analyse aus 10 randomisierten, kontrollierten Studien mit insges. 526 Teilnehmern bekräftigt nun die vorteilhaften Effekte einer Selen-Supplementierung. Das Spurenelement reduzierte die Insulinwerte sowie den HOMA-IR und erhöhte die HDL-Cholesterinspiegel. Die Einnahme von Selen kann daher eine wirksame Strategie sein, um die Insulinresistenz bei Patienten mit kardiometabolischen Erkrankungen zu verringern, so die Forscher.

(Ouyang J, Cai Y, Song Y et al. Potential benefits of selenium supplementation in reducing insulin resistance in patients with cardiometabolic diseases: A systematic review and meta-analysis. *Nutrients.* 2022 Nov 21;14(22):4933)

Uniselen® 100 NE liefert 100 µg Selen pro Tablette, während Uniselen® 200 NE entsprechend 200 µg enthält (in Form von Natriumselenit).

Soja-Isoflavone und Brustkrebsrisiko

Soja enthält die Isoflavone Genistein und Daidzein. Isoflavone sind Phytoöstrogene, die ähnlich aufgebaut sind wie das menschliche Hormon 17-β-Östradiol. Sie imitieren die Wirkung von Östrogen auf die Organe, indem sie an Östrogenrezeptoren binden und diese aktivieren. Laut einer griechischen Meta-Analyse zeigen die Daten eine klare inverse Korrelation zwischen der Menge an konsumierten Isoflavonen und dem Vorkommen von Brustkrebs bei prä- und postmenopausalen Frauen. Der Verzehr von Soja-Isoflavonen kann demnach das Mammakarzinomrisiko bei prä- und postmenopausalen Frauen reduzieren.

(Boutas I, Kontogeorgi A, Dimitrakakis C et al. Soy isoflavones and breast cancer risk: A meta-analysis. *In Vivo.* 2022 Mar-Apr;36(2):556-562)

Ellafem® enthält pro Kapsel nicht nur Isoflavone aus gentechnikfreiem Sojaextrakt sondern auch diverse Antioxidantien wie z.

B. die Vitamine C, E, natürliche Carotinoide aus Meeressalgen, Selen und Zink, aber auch B-Vitamine (incl. Folsäure), Vitamin D3, Omega-3-Fettsäuren aus Mikroalgenöl sowie Nachtkerzenöl incl. Gamma-Linolensäure.

IMPRESSUM: Chefredaktion: Heike Lück-Knobloch **Redaktion:** Fabian Kaske

Schlussredaktion: Marianne Dorsch **Layout:** Rafael Schmitt

Anschrift: Dr. Kaske GmbH & Co. KG | Sonnenstraße 14 | 80331 München | Tel. 089/242156500

www.drkaske.de | info@drkaske.de

IHRE WEBSEITE IST AB JETZT IMMER AKTUELL!

Als Abonnent des Medizin-Telegramms haben Sie die exklusive Möglichkeit, das Medizin-Telegramm kostenlos auf Ihrer Webseite einzubinden.

In nur drei Minuten zu einer aktuelleren Webseite!

So funktioniert die Einbindung des Medizin-Telegramms auf Ihrer Webseite

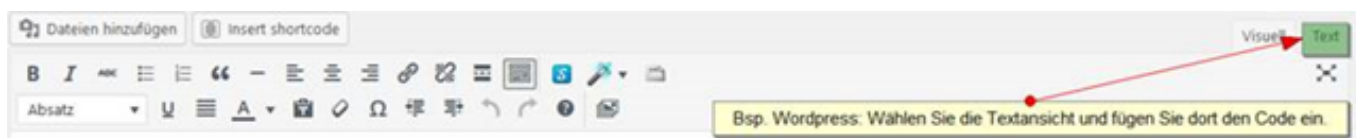
Wenn Sie auch aktuelle Neuigkeiten auf Ihrer Seite haben möchten, führen Sie diese drei einfachen Schritte durch:

1. Suchen Sie eine Seite aus, auf der Sie das Medizin-Telegramm einbinden möchten. Dies kann eine bestehende oder eine neue Seite sein.
2. Fügen Sie folgenden Code in das HTML Ihrer Seite ein. Wenn Sie Wordpress oder ein anderes ähnliches CMS nutzen, fügen Sie den Code nicht in die visuelle, sondern in die Text-/Code-Ansicht ein (siehe Screenshot).

```
<iframe src="https://www.zink-portal.de/aktuelles-medizin-telegramm/" style="border:0px #FFFFFF none;" name="Medizin-Telegramm" scrolling="auto" frameborder="1" align="aus marginheight="0px" margin-width="0px" height="480" width="640"></iframe>
```

Bereitgestellt von <http://www.zink-portal.de/>

3. Fertig! Das Medizin-Telegramm ist nun auf Ihrer Seite. Es aktualisiert sich monatlich automatisch, ohne dass Sie etwas tun müssen.



Unser Service: Bei Fragen zur Einbindung hilft Ihnen Julia Hahn kostenfrei weiter



JULIA HAHN
Online Marketing Manager

Dr. Kaske Marketingberatung
julia.hahn@drkaske.de
Tel: 0 173 5746 332



VORTEILE DER EINBINDUNG:

Informativ. Die Besucher Ihrer Webseite profitieren von aktuellen Neuigkeiten aus dem Bereich der Gesundheit. Somit werden Sie zu einer wichtigen Anlaufstelle bei Fragen rund um das leibliche Wohl.

Kostenlos. Die Einbindung des Medizin-Telegramms ist und wird für Sie immer kostenlos sein.

Einfach. Um das Medizin-Telegramm einzubinden, bedarf es nicht länger als 3 Minuten. Bei Fragen zur Einbindung helfen wir Ihnen gerne!

Ohne Risiko. So einfach wie die Einbindung ist auch die Entfernung des Medizin-Telegramms. Mit nur wenigen Klicks können Sie das Medizin-Telegramm – falls gewünscht – wieder von Ihrer Seite entfernen.