

## **Senioren mit COVID-19-Infektion leiden häufig unter Biofaktorenmangel**

In einer Ende März veröffentlichten Übersichtsarbeit wurden acht Studien aus verschiedenen Ländern über den Ernährungsstatus und die Versorgung mit Biofaktoren wie Vitaminen und Mineralstoffen bei älteren Menschen mit COVID-19 geprüft. „Die Stärke dieser systematischen Überprüfung besteht darin, dass dies die erste Studie ist, die Ernährungsstatus und Nährstoffmangel in Zusammenhang mit der Schwere des Krankheitsverlaufs älterer Patienten mit COVID-19 untersucht“, so das Statement der Autoren.<sup>1</sup>

Hinsichtlich des allgemeinen Ernährungszustandes der Senioren stellte sich heraus, dass die Prävalenz von Unterernährung bei älteren Patienten mit COVID-19 hoch und mit negativen gesundheitlichen Folgen verknüpft ist – einschließlich Aufenthalt auf Intensivstationen und Todesfällen im Krankenhaus.

Fünf Studien lieferten zudem wissenschaftliche Daten zur Biofaktorenversorgung und dem Verlauf einer COVID-19-Erkrankung bei den untersuchten Senioren. Sowohl Vitamin-D<sub>3</sub>-, als auch Magnesium- und Vitamin-B<sub>12</sub>-Status waren mit Unterernährung, Sauerstofftherapie und/oder Intensivstation der Patienten sowie der Überlebensrate nach einer COVID-19-Erkrankung verbunden.

### **Experten empfehlen:**

#### **Auf die Biofaktoren-Versorgung bei Senioren achten**

„Die Ergebnisse der untersuchten Studien können als relevant bewertet werden und decken sich zudem mit dem gut dokumentierten Wissen, dass ältere Menschen generell häufiger unter einem Mangel an den erwähnten Biofaktoren Vitamin D<sub>3</sub>, Vitamin B<sub>12</sub> und Magnesium leiden können“, betont Prof. Hans-Georg Classen, Vorsitzender der Gesellschaft für Biofaktoren (GfB).

Fast 62 % der Bevölkerung weisen zu geringe Serumkonzentrationen an Vitamin D<sub>3</sub> auf.<sup>2</sup> Senioren sind besonders von einem Vitamin-D<sub>3</sub>-Mangel betroffen, da neben ungenügender alimentärer Zufuhr ab dem 60. Lebensjahr die körpereigene Vitamin-D<sub>3</sub>-Synthese abnimmt. Zum einen ist der Gehalt der Vitamin-D-Vorstufe 7-Dehydrocholesterol in der Haut vermindert, zum anderen sinken Leber- und Nierenleistung, um aktives Vitamin D<sub>3</sub>, das Calcitriol (1,25(OH)<sub>2</sub>D<sub>3</sub>), zu bilden. Zudem sind ältere Menschen häufig pflegebedürftig und immobil und halten sich seltener im Freien auf, wodurch die Synthese über die Haut noch weiter vermindert ist.<sup>3</sup>

Rund ein Drittel der Menschen über 65 Jahre sind zudem von einem Vitamin-B<sub>12</sub>-Mangel betroffen, bei den über 85-Jährigen sind es 37,6 %, <sup>4</sup> bei Senioren in stationären Pflegeheimen sogar bis zu 40 %.<sup>5</sup> Und nach den Ergebnissen der ErnSTES-Studie – einer Multicenterstudie zur Ernährung älterer Menschen in stationären Einrichtungen – gilt auch die Magnesiumversorgung bei Senioren oft als unzureichend.<sup>6</sup>

„Daher sollte generell bei allen Senioren und – entsprechend dem oben erwähnten Zusammenhang von Unterernährung sowie Biofaktorenmangel mit dem Verlauf einer COVID-19-Erkrankung – insbesondere bei älteren Patienten mit einer SARS-CoV-2-Infektion auf die Versorgung mit den drei Biofaktoren geachtet werden“, so die klare Empfehlung der GfB.

Hier finden Sie weitere Informationen zu den in diesem Beitrag genannten und weiteren Biofaktoren.

Am 16. Juni 2021 findet das GfB-Online-Fach-Symposium statt:

**Basiswissen Biofaktorenmangel  
Kasuistiken, wissenschaftliche Erkenntnisse und fundierte  
Praxistipps**

Die Veranstaltung ist kostenlos, eine Zertifizierung beantragt.

Seien Sie dabei und erhalten Sie **praxisrelevante Informationen** und **CME-Punkte. Hier geht`s zur Anmeldung**

***Literatur:***

---

<sup>1</sup> Damayanthi HDWT et al.: Nutritional determinants and COVID-19 outcomes of older patients with COVID-19: A systematic review. Arch Gerontol Geriatr. 2021 Juli-August;95: 104411. Online veröffentlicht 2021 31. März doi: 10.1016 / j.archger.2021.104411

<sup>2</sup> Rabenberg M et al.: Journal of Health Monitoring 2016, 1(2). Robert Koch-Institut, Berlin. DOI 10.17886/RKI-GBE-2016-036

<sup>3</sup> Biesalski HK: Ernährungsmedizin 2018, Stuttgart: Thieme Verlag, S. 177

<sup>4</sup> Conzade R et al.: Prevalence and predictors of subclinical micronutrient deficiency in german older adults: results from the population-based KORA-Age Study. Nutrients 2017, 9: 1276

<sup>5</sup> Andrès E et al.: Vitamin B12 deficiency in elderly patients. CMAJ 2004, 171(3): 251-259

<sup>6</sup> Hesecker H et al.: ErnSTES-Studie, in DGE: Ernährungsbericht 2008, 157-204