

**Aktuelle Studie:****Magnesium hilfreich beim metabolischen Syndrom**

Eine orale Magnesiumsupplementierung senkte den Blutdruck, verringerte den Interleukin-6-Spiegel, erhöhte den Vitamin-D-Status und verbesserte das metabolische Profil. So lauten die Ergebnisse einer prospektiven, randomisierten, doppelblinden Studie an Patienten mit metabolischem Syndrom, die im Dezember 2024 in der renommierten Fachzeitschrift *International Journal of clinical pharmacology and therapeutics* veröffentlicht wurde und an der Prof. Dr. med. Klaus Kisters, Internist und stellvertretender Vorsitzender der Gesellschaft für Biofaktoren e. V. maßgeblich beteiligt war.<sup>1</sup>

Hier finden Sie die Publikation:

Kisters S, Kisters K et al.: Positive effects of magnesium supplementation in metabolic syndrome. *Int J Clin Pharmacol Ther* 2024 Dec; 62(12): 569-578

„Die entzündungshemmende Wirkung von Magnesium sowie die antiarteriosklerotische Wirkung der Magnesiumtherapie sind für Patienten mit metabolischem Syndrom mit hohem Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Mortalität von Vorteil“, so das Fazit der Wissenschaftler.

**Verdacht auf Magnesiummangel?**

Als Mindestzielgröße für Magnesium wird ein Wert von 0,85 mmol/l im Serum angestrebt.<sup>2</sup> Wenn der Serum- bzw. Plasmamagnesiumgehalt bei  $\geq 0,85$  mmol/l liegt, kann von einer guten Magnesiumversorgung des Patienten ausgegangen werden. Epidemiologische Daten sprechen klar dafür, dass das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Typ-2-Diabetes und Mortalität an diesen Erkrankungen bei Werten von weniger als 0,85 mmol/l, erhöht ist. Aufgrund der beschriebenen Zusammenhänge sollte aber gerade bei dem Biofaktor Magnesium explizit auf die Ergebnisse von Patientenanamnese und Mangelsymptomatik geachtet werden. Das liegt daran, dass nur rund 5 % des gesamten Magnesiumbestandes extrazellulär und weniger als 1 % im Serum vorliegen und dass das Serummagnesium durch Freisetzung aus körpereigenen Speichern von Knochen und Muskelzellen lange konstant gehalten wird. Auch wenn der Serummagnesiumwert im Referenzbereich liegt, kann intrazellulär ein Magnesiummangel vorliegen.

Hier finden Sie weitere Informationen zum Nutzen von Magnesium beim metabolischen Syndrom >>

[www.gf-biofaktoren.de/aktuelles/archiv/details/welche-rolle-spielt-magnesium-beim-metabolischen-syndrom/](http://www.gf-biofaktoren.de/aktuelles/archiv/details/welche-rolle-spielt-magnesium-beim-metabolischen-syndrom/)

Besteht der Verdacht, dass Sie oder Ihre Patienten unter einem Mangel an ausgewählten Biofaktoren leiden? Machen Sie den Biofaktoren-Check und finden Sie Ihr persönliches Risiko heraus.

**Literatur**

---

<sup>1</sup> Kisters S, Kisters K et al.: *Positive effects of magnesium supplementation in metabolic syndrome. Int J Clin Pharmacol Ther* 2024 Dec; 62(12): 569-578

<sup>2</sup> Rosanoff A et al.: *Recommendation on an updated standardization of serum magnesium reference ranges. Eur J Nutr* 2022 Oct; 61(7): 3697-3706