

Magnesium in der internistischen Praxis: Welche Patienten profitieren von einer Supplementation?

Prof. Dr. med. Klaus Kisters

Facharzt für Innere Medizin, Nephrologie, Intensivmedizin, klinische Geriatrie und Hypertensiologie DHL/ESH
St. Anna-Hospital Herne
Med. Klinik I & EHS Excellence Centre

Die Bedeutung eines intakten Magnesiumhaushaltes hat in letzter Zeit in der Medizin zugenommen, dies gilt auch für die internistische Praxis. Von besonderer Bedeutung ist auch ein intakter Magnesiumhaushalt in der Inneren Medizin mit Betonung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus, Osteoporose und in der Geriatrie.

Die Gesellschaft für Biofaktoren befasst sich seit vielen Jahren mit dieser Problematik. Sie weist eindringlich daraufhin, welche Auswirkungen ein nicht substituierter Magnesiummangel hat. Magnesiumintoxikationen stellen dahingegen ein eher seltenes Krankheitsbild dar. Dies wird vornehmlich bei Patienten mit terminaler Niereninsuffizienz beobachtet.

Eine wichtige Essenz ist, dass man Serum/Plasma-Magnesiumspiegel bei mindestens 0,8, besser 0,85 mmol/l halten sollte. Ebenso neu ist, dass man die Substitution wesentlich höher wählt als früher und hier zwischen 300 und 500 mg Magnesium pro Tag therapiert, im Einzelfall auch höher. Das Hochhalten der Magnesiumspiegel ist von maßgeblicher Bedeutung zur Verbesserung des Stoffwechsels. Organische Magnesiumverbindungen in oraler Form sind hierbei aufgrund ihrer besseren Bioverfügbarkeit zu bevorzugen.

Die Bedeutung der Anwendung von Magnesium in transdermaler Form hat in den letzten Jahren zu kontroversen Diskussionen bezüglich der Applikation und des damit verbundenen Therapieerfolges geführt.

Ein weiterer Aspekt bei der Analytik von Magnesiumkonzentrationsmessungen im Blut stellt in den letzten Jahren die Bedeutung von ionisiertem Magnesium dar. Hierbei kann man mit neuen Messmethoden das eigentlich aktive Magnesium messen. Häufig sind Serum-/Magnesiumspiegel noch normal, wenn das ionisierte Magnesium bereits erniedrigt ist.

Die Diagnose eines Magnesiummangels ist hierdurch erschwert. Neben der Laboranalytik sollte daher immer auf die Anamnese, Begleiterkrankungen und insbesondere auf die medikamentöse Therapie als potentielle Magnesiumräuber geachtet werden.

Die Kombination der Biofaktoren Magnesium und Vitamin D ist häufig sinnvoll.

Die Übersicht zu dieser Thematik vertieft hier neue Aspekte zum oft vergessenen Ion Magnesium in der internistischen Praxis.