

Relevanz von Biofaktoren bei kognitiven Störungen

Prof. Dr. med. Marija Djukic

Fachärztin für Neurologie und neurologische Geriatrie
Evangelisches Krankenhaus Göttingen-Weende

Biofaktoren sind physiologische körpereigene Substanzen, die den Stoffwechsel regulieren. Dazu zählen Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Fettsäuren, Aminosäuren und Vitaminoide (Vitamin-ähnliche Substanzen). In West-Europa wird Mangelernährung als primäre Ursache einer Unterversorgung mit Biofaktoren immer seltener. In Deutschland kann ein Biofaktoren-Mangel durch chronischen Alkoholabusus sowie Fehlernährung, vegetarische Kost und – besonders bei älteren Menschen – durch eine verminderte Nahrungsaufnahme sowie Medikamenteneinnahme entstehen. Ältere Menschen haben häufig einen reduzierten Kalorienbedarf, während der Bedarf an Biofaktoren dagegen nicht abnimmt. Die altersbedingte Abnahme der Durst- und Geschmackswahrnehmung, Kau- und Schluckstörungen, mentale Störungen, Immobilität, soziale Situation und Nebenwirkungen von Medikamenten begünstigen Biofaktoren-Mangelzustände des älteren Menschen und resultieren in sekundären Komplikationen.

Erkrankungen aus dem neurodegenerativen Formenkreis gewinnen mit steigender Lebenserwartung zunehmend an Bedeutung. Dabei nehmen insbesondere Erkrankungen mit kognitiven Störungen einen großen Raum ein. Die Diagnose der hierfür verantwortlichen Krankheitsentitäten verlangt nach einem multimodalen Ansatz.

Die Prävalenz kausal behandelbarer kognitiver Störungen wird in der Literatur mit 5 bis 30 % angegeben, wobei trotz adäquater Therapie nur ein Teil dieser kognitiven Störungen reversibel ist. Die häufigsten kausal behandelbaren Ursachen einer kognitiven Störung sind Depressionen, Medikamenten-induzierte kognitive Störungen und ein Vitamin-B₁₂-Mangel. Bei geriatrischen Patienten mit Verdacht auf Demenz erwies sich bei Betrachtung der reversiblen Ursachen ein Vitamin-B₁₂-Mangel sogar als zweithäufigste Ursache der Erkrankung nach einer depressiven Pseudodemenz. Ein subtiler, hämatologisch unauffälliger und labordiagnostisch nicht erfasster Vitamin-B₁₂-Mangel ist in der Allgemeinbevölkerung häufig.

Die bei einem Vitamin-B₁₂-Mangel beobachteten psychiatrischen sowie neurologischen Erkrankungen und kognitiven Störungen wie Depressionen oder Demenz können Monate bis Jahre hämatologischen Anomalien vorausgehen beziehungsweise ohne Blutbildveränderungen auftreten. In der klinischen Praxis kann das Vorliegen eines Vitamin-B₁₂-Mangels übersehen werden, da er neben neurologischen und psychiatrischen Symptomen auch unspezifische

Symptome wie unklare Gewichtsabnahme und Inappetenz verursacht. Die Frühdiagnostik des Vitamin-B₁₂-Mangels ist angezeigt, weil neurologische Symptome irreversibel sein können.

Neben einem Vitamin-B₁₂-Mangel weisen Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen Mangelzustände an den Vitaminen E, B₁, B₆, Folsäure, D und seltener Vitamin C sowie dem Spurenelement Zink und seltener Selen auf. In der französischen Interventionsstudie (SU.VI.MAX) hatten die Teilnehmer der Mikronährstoffgruppe sechs Jahre nach Studienende ein besseres episodisches Gedächtnis und eine höhere Redegewandtheit im Vergleich zur Placebo-Gruppe. Unter Supplementation mit Zinkpräparaten hatten Patienten mit M. Alzheimer nicht nur eine verbesserte kognitive Funktion, auch die Kontrolle des Blutzuckerspiegels bei Diabetes-Patienten erschien verbessert.

Eine Therapie des Biofaktoren-Mangels sollte so rasch wie möglich einsetzen, denn nach länger bestehendem Mangel sind die eingetretenen Schädigungen irreversibel. Die Empfehlungen für die Mikronährstoffzufuhr älterer Menschen unterscheiden sich nicht von denen für jüngere Personen, allerdings ist der Wissensstand zum Bedarf hochbetagter, gebrechlicher oder kranker älterer Menschen dürftig. Sofern keine spezifischen Mangelzustände bestehen, sollen Mikronährstoffe in den von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlenen Mengen zugeführt werden.

Der Vortrag erörtert die Häufigkeit, Ursachen und die therapeutischen Maßnahmen sowie Besonderheiten in der Versorgung von Patienten mit kognitiver Störung und Biofaktoren-Mangel.