



ÜBERBLICK

In unserer nächsten Ausgabe lesen Sie über folgendes Vitamin sowie dessen Interaktionen mit Medikamenten:

+ Vitamin C

B-Vitamine

Die **wasserlöslichen** Nährstoffe übernehmen im Organismus viele wichtige Funktionen. Dabei unterscheiden sie sich in ihren pharmakologischen und chemischen Eigenschaften.

Zu den acht B-Vitaminen zählen Thiamin (B₁), Riboflavin (B₂), Niacin (B₃), Pantothensäure (B₅), Pyridoxin (B₆), Cobalamin (B₁₂), Biotin und Folsäure. Nur Cobalamin und Niacin sind vom Körper speicherbar. Überschüsse der

anderen Vitamine werden mit dem Urin ausgeschieden. Der Organismus ist somit auf eine exogene Zufuhr angewiesen, damit keine Defizite entstehen. In der Regel ist die Versorgung über die Ernährung gewährleistet. B-Vitamine sind in zahlreichen Lebensmitteln wie Gemü-

se, Kartoffeln, Milch, Getreide, Fleisch, Fisch oder Hülsenfrüchten vorhanden. Sollte dennoch ein Mangel bestehen, macht er sich durch zahlreiche spezifische und unspezifische Beschwerden bemerkbar. Sie betreffen das Nervensystem, die Haut, Schleimhäute, das Magen-

Darm- und das Herz-Kreislauf-System. Beispiel für ein spezifisches Symptom ist die Anämie, die bei einer Unzulänglichkeit an Vitamin B₁₂ auftreten kann. Weil bei Schwangeren, Stillenden oder Tumorpatienten der Bedarf an Nährstoffen gesteigert ist, besteht das Risiko einer Un-

tersversorgung. Vorsicht jedoch bei Krebserkrankten und Folsäure: Die Substanz unterstützt das Zellwachstum, welches sich ebenso auf die unerwünschten Tumorzellen bezieht. Betroffene erhalten häufig sogar Antifolate (Folsäureanaloga) wie Pemetrexed als Zytostatika.

Cave: Interaktionen Thiamin wird durch das Zytostatikum 5-Fluorouracil inaktiviert. Bei einer Langzeitbehandlung mit dem Diuretikum Furosemid entwickelt sich unter Umständen ein Defizit. Desweiteren mindern schwarzer Tee, Alkohol und Antazida die Resorption des Vitamins.

Die gleichzeitige Gabe des Urikosurikums Probenecid mit Riboflavin beeinträchtigt dessen Resorption. Bei der Einnahme von Promethazin sollte man auf eine ausreichende Versorgung von Vitamin B₂ achten.

Hohe Dosen von Niacin können die Carbamazepin-Clearance senken sowie die Primidon-Ausscheidungsrate reduzieren. Epileptiker sollten dies wissen. Bei der Anwendung von Pyridoxin tritt eventuell eine Abschwächung der Wirkung von L-Dopa ein. Der Vitamin B₆-Bedarf kann bei der parallelen Einnahme von Pyridoxinantagonisten (z. B. Hydralazin, Isoniazid, D-Penicillamin oder Cycloserin) erhöht sein.

Cobalamin wird im Zusammenhang mit Colchicin, Alkohol, Aminoglykosiden, Aminosalicylsäure, Antiepileptika, Biguaniden, Colestyramin, Chloramphenicol, Kaliumsalzen, Neomycin und Magensäureblockern in der Aufnahme gehemmt.

Beim Gebrauch von Antikonvulsiva reduziert sich der Biotinspiegel.

Eine Folsäureergänzung im Zusammenhang mit einer antikonvulsiven Therapie kann eine verstärkte Krampfbereitschaft

zur Folge haben. Zusammen mit Fluorouracil führen hohe Mengen des Vitamins gegebenenfalls schwere Durchfälle herbei. Haben Patienten ein großes Folsäuredefizit, sollten sie nicht mit Chloramphenicol behandelt werden, da die Substanz die Substitution des Nährstoffs behindert. Weil Folsäure und Cobalamin einen Anstieg unreifer Erythrozyten (Retikulozyten) im Blut hervorrufen, vertuscht die Gabe des einen Stoffes möglicherweise den Mangel des anderen Vitamins.

Steckbriefe

- ▶ Vitamin B₁ hat eine wichtige Bedeutung für die Energiegewinnung und den Kohlenhydratstoffwechsel. Auch im Nervensystem spielt es eine entscheidende Rolle (Reizweiterleitung, Metabolismus von Botenstoffen). Darüber hinaus ist es an der Blutbildung beteiligt.
- ▶ Einflüsse von Vitamin B₂ betreffen die Atmungskette, den Erhalt der Myelinschicht, den Auf- und Abbau roter Blutkörperchen sowie die Entgiftung der Leber.
- ▶ Auch Niacin übernimmt Aufgaben bei der Energiegewinnung. Zudem ist es für DNS-Replikation und -Reparatur von Belang. ■

*Martina Görz,
PTA und Fachjournalistin (FJS)*

- ▶ Weitere Steckbriefe zu einzelnen B-Vitaminen finden Sie, wenn Sie diesen Artikel online unter www.pta-aktuell.de lesen!



WEBCODE: D6079

Der Stoff für ein starkes Nerven-kostüm



Empfehlen Sie Ihren Kunden mit schwachen Nerven dysto-loges® S

- Einzigartige homöopathische 5-fach Kombination mit der Leitsubstanz Reserpinum
- Aktiviert gezielt bestimmte Hirnareale und stärkt so die Nerven, ohne wie herkömmliche pflanzliche Präparate müde zu machen
- So sind Ihre Kunden schnell wieder bereit für die Herausforderungen des Lebens

Mehr Infos unter:
www.loges.de

dysto-loges® S Tropfen und Tabletten – Zusammensetzung: 1 Tablette enthält die Wirkstoffe: 13,0 mg Passiflora incarnata Ø, 39,0 mg Gelsemium Trit. D4, 31,2 mg Reserpinum Trit. D6 (HAB, Vorschrift 6), 33,3 mg Coffea Trit. D6, 33,3 mg Veratrum Trit. D6. Sonstige Bestandteile: Lactose, Magnesiumstearat (pflanzlich), Maisstärke. 10 g (= 10 ml) Mischung enthalten die Wirkstoffe: 0,50 g Passiflora incarnata Ø, 1,50 g Gelsemium Dil. D4 vinos., 1,20 g Reserpinum Dil. D8 vinos. (HAB, Vorschrift 6), 1,28 g Coffea Dil. D6 vinos., 1,28 g Veratrum Dil. D6 vinos. Sonstige Bestandteile: Likörwein. Anwendungsgebiete: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Nervöse Störungen. Nebenwirkungen: Keine bekannt. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen einen der Wirkstoffe oder einen der sonstigen Bestandteile. Warnhinweise: Tabletten: Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. Tropfen: Enthält 20 Vol.-% Alkohol. Dr. Loges + Co. GmbH, Schützenstraße 5, 21423 Winsen (Luhe)

Dr. Loges 
Mit Natur und Verstand