

Arzneimittelinduzierte Mikronährstoffdefizite

Die DAP Arbeitshilfe „Arzneimittelinduzierte Mikronährstoffdefizite“ gibt einen Überblick über gängige Medikamente und die jeweils davon potenziell betroffenen Mikronährstoffe. Sie soll bei der Beratung in der Apotheke dabei unterstützen, auf mögliche Nährstoffverluste hinzuweisen und gegebenenfalls zur Ergänzung zu raten. So können Gesundheitsrisiken für Patientinnen und Patienten minimiert und die Lebensqualität unter einer Arzneimitteltherapie verbessert werden.

| Wirkstoff(gruppen) | Potenzielle Mikronährstoffdefizite |
|--|---|
| ACE-Hemmer und AT-Blocker z. B. Captopril, Enalapril, Losartan | Zink |
| Acetylsalicylsäure | Eisen, Folsäure, Vitamin B ₁₂ , Vitamin C |
| Betablocker z. B. Metoprolol | Co-Enzym Q10 |
| Glukokortikoide | Kalium, Vitamin D, Vitamin K, Zink |
| Glibenclamid | Co-Enzym Q10 |
| H₁-Blocker z. B. Cetirizin, Diphenhydramin, Doxylamin | Vitamin C, Vitamin D, Zink |
| H₂-Blocker z. B. Ranitidin | Eisen, Folsäure, Kalzium, Vitamin D, Zink |
| Metformin | Magnesium, Vitamin B ₁₂ |
| Orale Kontrazeptiva | Magnesium, Vitamin B ₂ , Vitamin C |
| Protonenpumpenhemmer z. B. Omeprazol, Pantoprazol | Eisen, Folsäure, Kalium, Magnesium, Vitamin B ₁₂ , Vitamin C |
| Schleifendiuretika und Thiazide z. B. Furosemid, Hydrochlorothiazid, Torasemid | Kalium, Vitamin B ₁ , Zink |
| Statine z. B. Atorvastatin, Simvastatin | Co-Enzym Q10, Selen |
| Triamteren | Folsäure |

Geringfügige Mikronährstoffdefizite können sich beispielsweise in folgenden Symptomen manifestieren:

| Mikronährstoff | Symptom bei marginalem Mangel |
|-------------------------------|---|
| Co-Enzym Q10 | → Muskelschmerzen und Myopathien |
| Eisen | → Blässe, Müdigkeit, Muskelschwäche |
| Folsäure | → Apathie, Demenz |
| Kalium | → Allgemeiner Erschöpfungszustand, Appetitlosigkeit |
| Kalzium | → Brüchige Fingernägel, trockene Haut |
| Magnesium | → Nervosität, Spannungskopfschmerz, Stressanfälligkeit |
| Vitamin B₁ | → Konzentrations- und Lernstörungen |
| Vitamin B₆ | → Kopfschmerzen, Müdigkeit, Nervosität |
| Vitamin B₁₂ | → Apathie, Demenz |
| Vitamin C | → Depressive Verstimmungen, Infektanfälligkeit, physische Leistungseinbußen |
| Vitamin D | → Allgemeiner Erschöpfungszustand, depressive Verstimmungen, Infektanfälligkeit |
| Selen | → Blässe, weiß gefleckte Fingernägel |
| Zink | → Gestörte Wundheilung, Infektanfälligkeit |