

Frakturhäufigkeit unter Kalzium und Vitamin

D

r -- Jackson RD, LaCroix AZ, Gass M et al. Women's Health Initiative Investigators. Calcium plus vitamin D supplementation and the risk of fractures. N Engl J Med 2006 (16. Februar); 354: 669-83

[\[LINK\]](#)

Zusammengefasst von: Anne Witschi

Kommentiert von: Etzel Gysling

Studienziele

Aufgrund früherer Studien vermutet man, dass eine zusätzliche Kalzium- und Vitamin-D-Einnahme den Verlust an Knochendichte im Alter verlangsamt und die Sturzhäufigkeit vermindert. In der vorliegenden Studie untersuchte man, ob Frauen nach der Menopause unter Kalzium- und Vitamin-D-Gabe weniger häufig Schenkelhalsfrakturen erleiden und ob sie auch allgemein weniger frakturanfällig sind.

Methoden

In die Studie aufgenommen wurden Frauen zwischen 50 und 79 Jahren. Nach dem Zufall erhielten die einen Frauen Tabletten mit 500 mg Kalzium plus 200 IU Vitamin D3 (in dieser Zusammensetzung in der Schweiz nicht erhältlich), die anderen Placebo. Diese sollten zweimal täglich eingenommen werden. Primärer Endpunkt war das Auftreten einer radiologisch nachgewiesenen Schenkelhalsfraktur.

Ergebnisse

36'282 Frauen wurden in die Studie aufgenommen. Ihr mittleres Alter betrug 62 Jahre, ihr mittlerer Körpermassen-Index 29, und mehr als die Hälfte nahm ein Hormonpräparat ein. Die durchschnittliche Kalziumeinnahme vor Studienbeginn betrug 1'150 mg täglich. Gegen Ende der 7-jährigen Studie nahmen nur noch 59% mindestens 80% der Tabletten des Studien-Präparates ein. Insgesamt konnte in der Interventionsgruppe eine um 1% höhere Knochendichte gemessen werden als in der Placebogruppe. Dieser Unterschied war statistisch signifikant im Gegensatz zur Häufigkeit von Schenkelhalsfrakturen (bei etwa 1%) und von Frakturen insgesamt (bei etwa 12%), bei denen die Unterschiede keine statistische Signifikanz erreichten. Berücksichtigte man hingegen nur diejenigen Frauen, welche mindestens 80% der Tabletten eingenommen hatten, ergab sich auch für die Schenkelhalsfrakturen eine signifikante Reduktion um 29%. Absolut reduzierte sich ihre Zahl von 14 auf 10 pro 10'000 Personenjahre, was bedeutet, dass zur Verhinderung einer Schenkelhalsfraktur 2'500 Frauen ein Jahr lang regelmässig die Medikamente einnehmen müssen. Nierensteine waren in der Interventionsgruppe signifikant häufiger (1 zusätzlicher Nierenstein pro 287 Behandelte).

Schlussfolgerungen

In dieser Studie bei Frauen mit einer bereits relativ hohen Kalziumeinnahme brachte die zusätzliche Verschreibung eines kombinierten Kalzium-Vitamin-D3-Präparates keine signifikante Reduktion von Schenkelhals- oder anderen Frakturen, aber ein erhöhtes Risiko für Nierensteine. Etwas seltener waren Schenkelhalsfrakturen allerdings bei den Frauen, die die Studi-

emedikamente tatsächlich eingenommen hatten.

Zusammengefasst von Anne Witschi

Nachdem wir nun schon seit einigen Jahren denken, der präventive Nutzen von Kalzium und Vitamin D bei Osteoporose sei über jeden Zweifel erhaben, bringt uns das negative Resultat dieser Teilstudie der Women's Health Initiative einigermassen in Verlegenheit. Wegdiskutieren lassen sich die eindrucksvollen Daten nicht, allenfalls etwas relativieren. Vielleicht wäre es Zeit, dass wir uns – nicht nur in der Osteoporose-Prophylaxe – wieder vermehrt auf nicht-medikamentöse Massnahmen besinnen würden. Adäquate Ernährung und körperliche Aktivität sowie das Vermeiden von Noxen (Rauchen!) sind wohl diejenigen Faktoren, denen gesamthaft weit grössere Bedeutung als dem Pillenschlucken zukommen.

Etzel Gysling