

Was bringt mehr?

Ist es für die Auffüllung der **Eisenspeicher** besser, einmal täglich hochdosiertes Eisen einzunehmen? Oder hat die auf mehrere tägliche Gaben verteilte Einnahme einer geringeren Menge Eisen Vorteile?

Der Eisenmangel gilt als die häufigste Mangelkrankung weltweit. Fünf bis zehn Prozent der Europäer leiden daran, bei jungen Frauen ist der Anteil sogar doppelt so hoch¹. Dabei muss es gar nicht dazu kommen, denn bei erhöhtem Eisenbedarf kann man vorbeugen und die Eisenspeicher rechtzeitig auffüllen. Dafür galt die tägliche Einmalgabe lange Zeit als Standard. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse führen mittlerweile allerdings weg von hohen Einzeldosen, hin zur Niedrig-Eisen-Therapie. Denn dies ist nicht nur besser verträglich, sondern füllt die Eisenspeicher sogar schneller wieder auf.

In einer Multicenter-Studie² wurden die Effekte von Floradix mit Eisen, einer flüssigen Darreichungsform mit zweiwertigem Eisen, mit denen einer höher dosierten Kapsel verglichen. Das Tonikum wurde dreimal täglich in einer Menge von 15 Millilitern eingenommen, während die Kapsel als Einmalgabe verabreicht wurde. Trotz der geringeren täglichen Eisendosis – beim Tonikum waren es insgesamt 36,8 Milligramm, bei der Kapsel 50

Milligramm pro Tag – stiegen sowohl der Hämoglobin (Hb)- als auch der Ferritin-Wert mit dem Tonikum schneller und stärker an.

Wie ist das möglich? Wenn dem Körper Eisen zugeführt wird, schüttet die Leber das Protein Hefcidin aus. Es reguliert die Eisenresorption im Dünndarm. Je mehr Eisen man auf einmal einnimmt, umso mehr Hefcidin wird gebildet und umso schlechter kann Eisen aufgenommen werden. Das nicht resorbierte Eisen verbleibt im Dünndarm

und wird wieder ausgeschieden. Während der Darmpassage kann es zu den bekannten Nebenwirkungen, wie Verstopfung, Bauchschmerzen oder Verfärbung des Stuhls führen. Die im Verhältnis niedrige Dosierung des flüssigen Arzneimittels Floradix mit Eisen, scheint hingegen die eisenbedingte Hefcidin-Ausschüttung und damit die Hemmung der Eisenresorption nicht im gleichen Maße zu fördern wie hochdosierte Einzelgaben.

Weniger bringt mehr Im flüssigen Eisenpräparat Floradix

mit Eisen des Phytotherapie-Spezialisten Salus liegt das zweiwertige Eisen in einer Kräutermatrix vor, was die Magen-Darm-Verträglichkeit unterstützen kann. Durch zugesetztes Vitamin C wird das Eisen stabilisiert und so vor Oxidation zum schlecht resorbierbaren dreiwertigen Eisen geschützt. Das Tonikum ist leicht einzunehmen, selbst für Personen mit Schluckproblemen. Es ist angenehm im Geschmack, alkohol-, lactose- und glutenfrei und seit mehr als zehn Jahren die Nr. 1 in der Eisenselbstmedikation³. ■



Bei erhöhtem Eisenbedarf zur Vorbeugung von Eisenmangel

- Optimierte Bioverfügbarkeit
- Schneller Anstieg der Hb- und Ferritin-Werte²
- Gute Verträglichkeit und dadurch hohe Compliance
- Leicht einzunehmen, angenehm im Geschmack
- Neues Packungsdesign

Quellen

¹ Hastka J. et al. Eisenmangel und Eisenmangelanämie. Leitlinie der DGHO. 2011

² Hanusch CA et al.: Wirksamkeits- und Sicherheitsprofil einer Eisen-Langzeittherapie an schwangeren Frauen mit Eisenmangel mit Vergleich einer flüssigen und festen Darreichungsform. gyne 5/2017

³ Insight Health. Eisenselbstmedikation. 2009-2021

Floradix® mit Eisen Wirkst.: Eisen(II)-gluconat. Zus.: 100 ml (entsprechend ca. 109 g) enth. als Wirkstoff: 703,3 – 773,9 mg Eisen-(II)-gluconat (Ph. Eur.) entsprechend 81,75 mg Eisen(II)-Ionen. Sonst. Best.: Ascorbinsäure, Wässriger Auszug (1 : 28,2) aus einer Mischung von Hibiskusblüten, Bitterer Fenchel, Mohrrübe, Queckenwurzelstock, Schafgarbenkraut, Angelikawurzel, Schachtelhalmkraut, Spitzwegerichblätter, Wacholderbeeren, Wegwartenwurzel, Bitterorangeschale (3 : 2,3 : 2,3 : 2,3 : 2,3 : 1,15 : 1,15 : 1,15 : 1,15 : 1 : 0,64) – Auszugsm. Wasser, Hefeautolyat, Traubensaft-Konzentrat rot, Kirschsaf-Konzentrat, Birnensaft-Konzentrat, Brombeersaft-Konzentrat, Schwarzes Johannisbeersaft-Konzentrat, Honig, Hagebutten-Dickextrakt, Fructose-Sirup 70%ig, Orangenaroma, Apfelsinenaroma, Wasser. Enthält Fructose und Invertzucker. Bitte Packungsbeilage beachten. Anw.: Bei erhöhtem Eisenbedarf, wenn ein Risiko für die Entstehung eines Eisenmangels erkennbar ist. Geg.: Eisenkumulation, Eisenverwertungsstörungen, Allergie gegen einen Inhaltsstoff. Anw. in Schwangersch. und Stillz.: Einnahme nach Rücksprache mit dem Arzt. Neb.: Allergische Reaktionen, wie Gesichtsschwellung, Rachenschwellung, Hautausschlag oder Missempfinden im Mund- und Rachenraum, z.B. ein brennendes oder pelziges Gefühl, gastrointestinale Störungen, wie z. B. Magendruck, Völlegefühl und Verstopfung. Hinweis: Es kann eine völlig harmlose Dunkelfärbung des Stuhls auftreten. Diese Stuhlfärbung ist unbedenklich. Durch die Einnahme von flüssigen Eisenpräparaten ist eine Dunkelfärbung der Zahnoberflächen möglich. Salus Pharma GmbH · 83052 Bruckmühl · info@floradix.de.