

Brauchen wir neue Folsäure-Empfehlungen für Schwangere?

In Deutschland werden jährlich etwa 500 bis 800 Säuglinge mit einem Neuralrohrdefekt ("offener Rücken") geboren. Die Häufigkeit liegt damit bei etwa einem Fall pro 1000 Neugeborenen. Kinder mit einem Neuralrohrdefekt sind teilweise lebenslang an den Rollstuhl gefesselt. Bei weiteren 500 Schwangerschaften erfolgt bei Erkennen der Fehlbildung - meist durch Ultraschall - ein Abbruch der Schwangerschaft.

Um dem vorzubeugen, sollten Frauen, die schwanger werden wollen oder könnten, täglich 400 Mikrogramm Folsäure über Präparate aufnehmen, und zwar mindestens vier Wochen vor dem Zeitpunkt der Empfängnis sowie im ersten Drittel der Schwangerschaft.

Jetzt zeigen Berechnungen, dass die Vorsorge immer noch zu verbessern wäre: Mit täglich 400 Mikrogramm Folsäure können etwa 36 Prozent der Neuralrohrdefekte verhindert werden. Würde die Dosis jedoch auf 5 Milligramm pro Tag erhöht, ließe sich mit 85 Prozent ein Großteil aller Fälle verhindern (Wald et al. 2001; Wald 2004).

Professor Dr. Berthold Koletzko vom Dr. von Haunerschen Kinderspital in München kommentiert: "Wir könnten schon viel erreichen, wenn die derzeitigen Empfehlungen von 400 Mikrogramm konsequenter umgesetzt würden. Diese Dosis ist in vielen Multivitaminpräparaten enthalten und hat sich in einer Vielzahl von Studien als effektiv erwiesen. Ob wir tatsächlich höhere Empfehlungen brauchen, müssen weitere Studien zeigen. Vordringliches Ziel ist es, das Bewusstsein über die Bedeutung der Folsäure weiter zu stärken. Mit der Anreicherung von Grundnahrungsmitteln, die in Deutschland bereits auf freiwilliger Basis begonnen hat, können wir einen zusätzlichen Schritt in die richtige Richtung machen."

Quelle: Wald NJ: Folic acid and the prevention of neural-tube defects. N Engl J Med 350, 101-103, 2004

Wald NJ, Law MR, Morris JK, Wald DS: Quantifying the effect of folic acid. Lancet 358, 2069-2073, 2001

März 2004

[< zurück](#)

