

Praxis & Medizin

Lagerungsschwindel: Vitamin D und Calcium reduzieren Schwindelanfälle

Die Ursachen für benignen peripheren paroxysmalen Lagerungsschwindels (BPLS) sind noch weitgehend ungeklärt. Es gibt jedoch Hinweise, die einen Zusammenhang mit Osteopenie und somit dem Vitamin D- und Calciumstoffwechsel vermuten lassen. Zudem zeigen einige Studien, dass BPLS-Patienten häufig niedrigere Vitamin D-Werte aufweisen. Ein Team der Universitätsklinik Chungnam in Südkorea untersuchte in einer multizentrischen Interventionsstudie an acht Krankenhäusern insgesamt 1.050 Patienten, die mit einem akuten Lagerungsschwindel aufgenommen wurden. Die Patienten wurden nach einem erfolgreichen Repositionsmanöver in zwei Gruppen eingeteilt und wieder entlassen. Die Patienten der ersten Gruppe, die einen Vitamin D-Spiegel von weniger als 20 ng/ml aufwiesen, erhielten über zwölf Monate zweimal täglich ein Supplement mit 500 mg Calcium und 10 µg Vitamin D (400 I.E.). Die andere Gruppe erhielt kein Supplement.

Nach regelmäßigen Kontrollanrufen in beiden Gruppen zeigte sich, dass es in der Kontrollgruppe im Durchschnitt zu 1,1 Rezidiven pro Jahr kam. In der Interventionsgruppe waren es lediglich 0,83 Rezidive pro Jahr. Somit war das Risiko für Schwindelanfälle in der Interventionsgruppe um 24% geringer als in der Kontrollgruppe.

Vitamin D- und Calcium-Supplemente können bei Patienten mit einem Vitamin D-Mangel das Risiko für wiederkehrende Schwindelanfälle reduzieren.

Hinweis zum Versorgungszustand von Vitamin D (Nationale Verzehrsstudie II 2008)

In der Altersgruppe ab dem 19. LJ. erreichen über die normale Ernährung 0 % der Frauen und Männer die Zufuhr-Empfehlung, weshalb den am schlechtesten Versorgten circa 19,2 µg Vitamin D fehlen. (DGE-Empfehlung: 20 µg/Tag)

Hinweis zum Versorgungszustand von Calcium (Nationale Verzehrsstudie II 2008)

In der Altersgruppe vom 19. - 80. LJ erreichen nur 36 - 51 % der Frauen und nur 39 - 68 % der Männer die Zufuhr-Empfehlung, wobei die Zufuhr im Alter schlechter wird. Den am schlechtesten versorgten Männern und Frauen fehlen circa 500 mg Calcium pro Tag. (DGE-Empfehlung 1.000 mg/Tag)

Jeong SH, Kim JS, Kim HJ, et al.

[Prevention of Benign Paroxysmal Positional Vertigo with Vit D Supplementation: A Randomized Trial](#)
Neurology 8/2020