

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/61937/1299843/welt-diabetestag-diabetiker-sollten-sich-vor-einem-magnesium-mangel-hueten> abgerufen werden.

Gesellschaft für Biofaktoren e.V.

Welt-Diabetestag: Diabetiker sollten sich vor einem Magnesium-Mangel hüten!

12.11.2008 - 09:00 Uhr, Gesellschaft für Biofaktoren e.V.

Stuttgart (ots) - Zuckerkrankte Menschen haben häufig einen Magnesium-Mangel, der die Erkrankung gefährlich hochschaukeln kann: Defizite an dem lebenswichtigen Mineralstoff fördern den Diabetes und offensichtlich auch die gefürchteten Folgekomplikationen wie Herzinfarkte und Schlaganfälle.

"Diabetiker sollten daher unbedingt auf eine ausreichende Magnesium-Zufuhr achten", appelliert die Gesellschaft für Biofaktoren e.V. (GfB) anlässlich des Welt-Diabetestags am 14. November 08.

"Insbesondere bei einem schlecht eingestellten Blutzucker-Spiegel wird viel Magnesium über den Harn aus dem Körper herausgeschwemmt", erklären die Wissenschaftler von der GfB. Demzufolge seien viele Diabetiker nicht ausreichend mit dem wichtigen Biofaktor versorgt: In einer Studie an der Universität Stuttgart-Hohenheim wiesen von rund 5.500 Diabetikern nur 11% -15% der Patienten optimale Serum-Magnesiumwerte auf.

Die Folgen einer Unterversorgung können schwerwiegend sein: "Umfangreiche epidemiologische Studien zeigten, dass das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei erniedrigten Magnesium-Konzentration im Blut erhöht ist", weiß der Magnesium-Forscher Prof. Hans-Georg Classen von der Universität Hohenheim.

Magnesium-Defizite fördern gefäßschädigende Entzündungen, Herz-Rhythmusstörungen, Bluthochdruck und Thrombosen. "In Anbetracht der Tatsache, dass mehr als 75 % aller Diabetiker an Herz-Kreislauf-Erkrankungen sterben, sollte diesem leicht vermeidbaren Risikofaktor mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden", fordert die GfB.

Nicht nur für Herz und Gefäße, sondern auch für den Zuckerstoffwechsel ist Magnesium unerlässlich: "Studien ergaben, dass durch Magnesium-Gaben die Wirksamkeit des Insulins verbessert werden kann", weiß Classen. Der Wirkverlust dieses Schlüsselhormons des Zuckerstoffwechsels ist die wesentliche Ursache des Typ 2 Diabetes.

Der wissenschaftliche Beirat der GfB empfiehlt daher Diabetikern und Gefährdeten auf eine Magnesium-reiche Ernährung zu achten. Der Mineralstoff steckt vor allem in Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten und Nüssen. Zusätzlich sei die Einnahme eines geeigneten Magnesium-Präparats sinnvoll. Denn krankheitsbedingte Mangelzustände seien über die Ernährung allein oft schwer auszugleichen. Bei Herz-Kreislauf-Kranken und -Gefährdeten wie Diabetikern komme erschwerend hinzu, dass gerade die Herzzellen häufig an Magnesium verarmen. Um dem entgegen zu wirken, sind Präparate mit der Verbindung Magnesium-Orotat von besonderem Nutzen, raten die Wissenschaftler von der GfB: Der Biofaktor Orotat bindet Magnesium in den Zellen und wirkt so Verlusten an dem Mineralstoff im Herzmuskelgewebe entgegen. Gleichzeitig fördert die Substanz aus der Molke den Energiestoffwechsel und die Belastbarkeit des Herzens.

www.gf-biofaktoren.de

Pressekontakt:

Büro für Öffentlichkeitsarbeit
Kerstin Imbery-Will
Tel./FAX: 04183/774623
e-Mail: imbery-will@t-online.de

Originaltext:

Gesellschaft für Biofaktoren e.V.

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/61937/gesellschaft-fuer-biofaktoren-e-v>

Pressemappe als RSS:

http://presseportal.de/rss/pm_61937.rss2