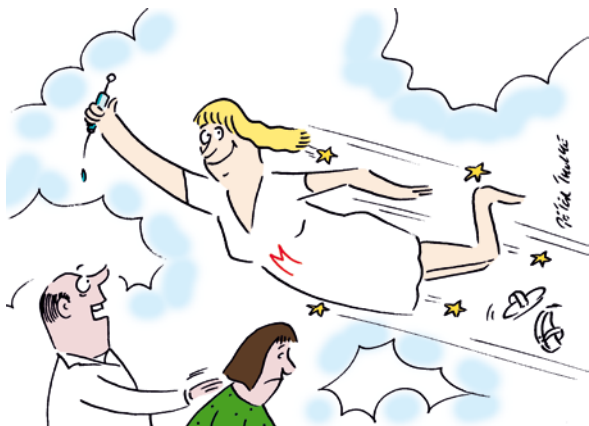


Depressiv und schlafgestört: Aufbaukur schuf Abhilfe

Wenn der Vitamin-B-Haushalt aus dem Ruder läuft, werden Nervensystem und Psyche anfällig

Patienten-Steckbrief



■ Alter und aktuelle Symptomatik

57-jährige Frau klagt über Erschöpfung.

■ Anamnese

Nodal positives Mammakarzinom vor neun Jahren, vollständige Resektion, adjuvante Chemotherapie, kein Rezidiv, Depressionen in der Folgezeit, Behandlung mit Citalopram mit jedoch schlechtem Ansprechen.

■ Untersuchung und Laborbefunde

Hämoglobin 11,5 g/dl, Folat 2,5 µg/l.

■ Therapie

Aufbaukur mit Folsäure, Vitamin B₁₂ und Vitamin B₆ (Medivitan®), vier Wochen lang mit je zwei Injektionen wöchentlich. Anstieg des Folsäure-Spiegels auf 5,9 µg/l, Besserung der Erschöpfung sowie psychische Stabilisierung, die eine Reduktion der Citalopram-Dosierung ermöglichte.

Ein vor neun Jahren diagnostiziertes Mammakarzinom hat die inzwischen 57-jährige Patientin psychisch aus der Bahn geworfen. Obwohl der Tumor vollständig entfernt werden konnte und kein Rezidiv auftrat, entwickelte die Patientin Depressionen. Auf die Gabe von Citalopram aber sprach sie nur bedingt an und litt immer wieder unter depressiven Schüben. Aktuell stellt sich die Patientin nun außerdem wegen einer unergründlichen Erschöpfung in der Praxis vor. Sie führt ihre Müdigkeit vor allem auf eine manifeste Schlafstörung zurück.

Vitamin-B-Mangel nimmt Antidepressiva ihre Wirksamkeit

Die körperliche Untersuchung verläuft unauffällig, die angeordneten Laboruntersuchungen ergeben ein leicht erniedrigtes Hämoglobin und einen mit 2,5 µg/l zu niedrigen Folat-Spiegel. Dieser weist nicht nur auf einen latenten Vitamin-B-Mangel hin, sondern kann auch Ursache des schlechten Ansprechens auf einen selektiven Serotoninwiederaufnahme-Hemmer sein. Denn Defizite im Methylierungsstoffwechsel, dessen Funktion entscheidend von Folat, Vitamin B₁₂ und Vitamin B₆ abhängt, können sich nachteilig auf eine Behandlung mit Psychopharmaka auswirken.



Unser Experte:

Dr. Uwe Höller
M.Sc. in Präventiver
Medizin,
Facharzt für
Innere Medizin,
Bergisch Gladbach

So wurde schon 1967 beschrieben, dass Patienten mit Depressionen häufig erniedrigte Folsäure-Spiegel aufweisen, und in den 90er-Jahren wurde publiziert, dass ein Folsäuremangel die Entwicklung einer Depression begünstigt und die Betroffenen zugleich schlechter als zu erwarten auf Antidepressiva ansprechen.

Der Volksmund hat recht: Vitamin B ist „Nervennahrung“

Der neuronale Stoffwechsel scheint folglich eng mit dem Vitamin-B-Stoffwechsel verknüpft zu sein, was biologisch plausibel ist. Denn Vitamin B₆ ist direkt an der Synthese von Serotonin und auch Dopamin beteiligt, während die Bildung von Acetylcholin und von den Membranphospholipiden der Nervenscheiden Folsäure und Vitamin B₁₂ erfordert. Der Patientin wird zu einer Aufbaukur mit zwei wöchentlichen Injektionen von Folsäure, Vitamin B₁₂ und Vitamin B₆ (Medivitan®)

zum Ausgleich des Vitamindefizits geraten. Es werden insgesamt acht Injektionen verabreicht, was einen deutlichen Anstieg des Folat-Spiegels zur Folge hat. Parallel dazu fühlt die Patientin sich erheblich wohler. Sie gibt an, ihre Stimmung habe sich spürbar gebessert. Auch der Schlaf ist wieder erholsam, Schlafstörungen traten nur noch sporadisch auf. Infolge der körperlichen Vitalisierung und der gleichzeitigen psychischen Stabilisierung kann die Dosierung des Antidepressivums Schritt für Schritt von 40 auf 10 mg pro Tag reduziert werden, ohne dass die Stimmung sich wieder verschlechterte.

Arzneimittel und Vitamin-B-Haushalt

Bei verschiedenen Arzneimitteln muss mit Wechselwirkungen im Vitamin-B-Haushalt gerechnet werden. So interagieren Theophyllin, Niacin, Antiepileptika, L-DOPA und Isooniazid vor allem mit Vitamin B₆, während Colestyramin, Metformin wie auch H₂-Rezeptor-Antagonisten und Protonenpumpenhemmer Effekte auf den B₁₂-Haushalt haben. Noch weit häufiger sind Interaktionen mit der Folsäure. Sie sind beschrieben für Colestyramin, Antifolate, orale Kontrazeptiva, Antiepileptika und auch Sulfasalazin.