

Präventolife Marketing und Vertrieb

Herr Manfred Harlos

Oberschönbach 1

86556 Kühbach

Tel.:

Fax:

Osteoporosemittel

Bisphosphonate, orale und Mineralstoffe

Mineralstoffe (z.B. Calcium, Magnesium, Eisen, Aluminium) vermindern die Resorption von Bisphosphonaten



Mechanismus der Wechselwirkung

Mineralstoffe

Bildung schwer resorbierbarer Mineralstoff-Bisphosphonat-Komplexe bei gleichzeitiger Einnahme

Folgen/Symptome (Erscheinungsbild)

Bisphosphonate

Verminderte Resorption, Bioverfügbarkeit (bis zu 60%) und Wirksamkeit von Bisphosphonaten (z.B. Alendronat, Etidronat, Risedronat)

Kommentar/Praktischer Hinweis

1. Ein mehrstündiger Einnahmeabstand (≥ 2 h) zwischen Mineralstoffen (Mineralstoffpräparate, Nahrungsmittel) und Bisphosphonaten sollte eingehalten werden.
2. Alendronat und Risedronat morgens nüchtern (mindestens 30 Minuten vor der ersten Mahlzeit) nach dem Aufstehen mit einem vollen Glas Wasser einnehmen. Anschließend 30 Minuten nicht hinlegen.
3. Supplementierung von knochenwirksamen Mikronährstoffen wie **Calcium** (z.B. 1500 mg/d, p.o.) und **Vitamin D** (z.B. 1000 I.E./d, p.o.) ist in jedem Fall empfehlenswert (Einnahmeabstand zu Bisphosphonaten!).