

LE VIGARO

293 / 05.2019

Mehr als ein Newsletter für Labormedizin
Dr. med. Edouard H. Viollier, FMH Innere Medizin
Dominic Viollier, lic. oec. HSG

Zink

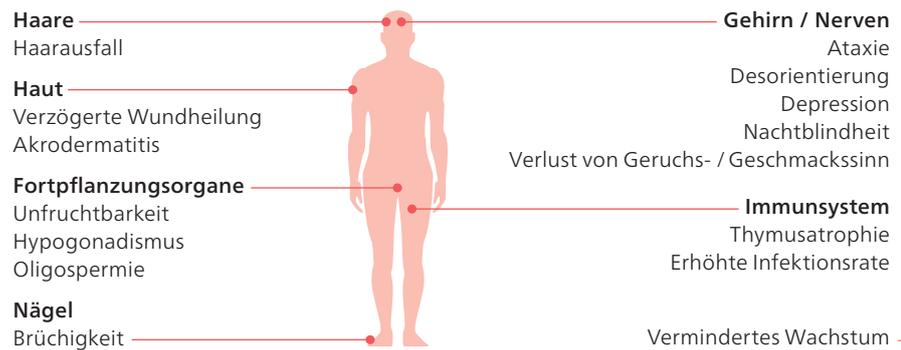
Ein essenzielles Spurenelement

Hintergrund

Zink reguliert über 300 Enzyme. Bei Senioren, Vegetariern, Veganern und nach Darmresektionen besteht ein erhöhtes Risiko für einen Zinkmangel mit Auswirkungen auf Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Eine zu hohe Zinkaufnahme kann dagegen zu Kupfermangel und Störungen von Blutbildung, Eisen- und Calciumstoffwechsel führen, so dass eine Substitution stets überwacht werden sollte. Dies gilt auch bei der Einnahme zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel. Diese werden von bis zu 20% der Erwachsenen konsumiert und können eine 1 – 3 Mal höhere Resorptionsrate haben als natürlich vorkommendes Zink. Auch liegt die Dosierung oft über den empfohlenen 13.7 mg pro Tag. Tagesbedarf: Männer 10 mg, Frauen 7 mg, Schwangere / Stillende 11 mg, Kinder 3 – 7 mg.

Symptome Zinkmangel

**Kontrollieren beim
Supplementieren**



Zinkintoxikation Schleimhautreizungen, Übelkeit, Erbrechen, Blutbildungsstörungen, Störungen im Kupfer-, Eisen- und Calciumstoffwechsel

Indikation

- Ältere Personen
- Malnutrition / Malabsorption
- Vegetarier / Veganer
- Vor Einnahme von Zink
- Unter Zinksubstitution: Kontrolle von Zink, Kupfer, Ferritin und Calcium

Methode

Massenspektrometrie mit induktiv gekoppeltem Plasma (ICP-MS)

Material

Plasma Spurenelemente-Tube, blau (15)



Urin Spoturin-Tube ohne Konservierungsmittel (52) aus Spontanurin oder 24h-Urin



Preis

CHF 44.–

CHF 46.50

Information Literatur auf Anfrage

Dr. phil. II Lila Tomova, MSc. in Ecology, Stv. Leiterin Spezialanalysen

Dr. phil. II Maurus Curti, Spezialist für Labormedizin FAMH, Leiter Spezialanalysen

Dr. med. Uta Deus, Fachärztin für Innere Medizin, Kandidatin Spezialistin für Labormedizin FAMH, Corelab

Dr. sc. nat. ETH Stefano Longoni, Spezialist für Labormedizin FAMH, MHA, Bereichsleiter Produktion dezentral und Qualitätssicherung

Redaktion

Dr. med. Maurice Redondo, FMH Hämatologie, Spezialist für Labormedizin FAMH, Bereichsleiter Produktion zentral