

Überzeugende Erfolge der Folsäure-Anreicherung zeigen sich auch in Kanada

Ein wichtiges Ziel der Anreicherung von Grundnahrungsmitteln mit Folsäure ist es, die Zahl angeborener Neuralrohrdefekte zu vermindern - und es funktioniert. Nach mehreren Erfolgsberichten aus Amerika verdeutlicht dies nun auch eine Studie aus dem kanadischen Neufundland. Wie in den USA wurde hier 1998 die Verpflichtung zur Anreicherung von Mehl und Getreideprodukten mit Folsäure eingeführt. Das erfreuliche Ergebnis: Im Vergleich zu den Jahren 1991 bis 1997 ist die Rate der schweren angeborenen Fehlbildungen ("offener Rücken" und ähnliche Krankheitsbilder) seit der obligatorischen Anreicherung um 78 Prozent gesunken! Im Durchschnitt nahmen Frauen im gebärfähigen Alter (19 bis 44 Jahre) durch die getroffenen Maßnahmen täglich 70 Mikrogramm Folsäure mehr auf. Auch anhand der Blutspiegel ließ sich die erhöhte Zufuhr quer durch alle Altersgruppen nachweisen.

In Europa tut man sich nach wie vor schwer mit der flächendeckenden Anreicherung von ausgewählten Grundnahrungsmitteln mit Folsäure. Zumindest eines der Gegenargumente kann die kanadische Studie entkräften: Bei Senioren zeigten sicher keinerlei Anzeichen dafür, dass durch die erhöhte Folsäureaufnahme möglicherweise ein Mangel an Vitamin B12 "maskiert" wird. Die Autoren schließen daher: Weitermachen - auch mit der Empfehlung für junge Frauen, bei Kinderwunsch täglich 400 µg Folsäure zu supplementieren. Denn auch diese parallel zu den Anreicherungsmaßnahmen weiterhin bestehende Empfehlung hat wahrscheinlich einen Beitrag zum Rückgang der Neuralrohrdefekte geleistet.

Quelle:

Liu S, West R, Randell E, Longrich L, O' Connor KS, Scott H, Crowley M, Lam A, Prabhakaran V, McCourt C: A comprehensive evaluation of food fortification with folic acid for the primary prevention of neural tube defects. BMC Pregnancy Childbirth 4: 20, 2004
www.biomedcentral.com/content/pdf/1471-2393-4-20.pdf

Arbeitskreis Folsäure & Gesundheit

August 2004