

Zeitschrift: Intercura : eine Publikation des Geriatriischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

Herausgeber: Geriatriischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

Band: - (2004-2005)

Heft: 87

Rubrik: Altersmythos CLXXXVI : hohe Dosen von Polyvitaminpräparaten sind bei Betagten ohne Mangelernährung wirkungslos

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 16.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

ALTERSMYTHOS CLXXXVI

Hohe Dosen von Polyvitaminpräparaten sind bei Betagten ohne Mangelernährung wirkungslos.

Wirklichkeit

Täglich hoch dosierte Polyvitamine und Spurenelemente, eingenommen zusammen mit einer eiweiss- und kalorienreichen Zusatznahrung, verbessert die Immunabwehr von Hochbetagten signifikant.

Begründung

Die tägliche Gabe von 2,3 dl Eiweiss/Fett/Malz Zusatznahrung mit hohen Dosen von Vitamin A, E, C, Folsäure und B12 sowie Zink, Chrom, Molybdän und Selen wurde evaluiert in einem doppelblinden randomisierten Behandlungsversuch, in dem die Kontrollgruppe nur die Zusatznahrung ohne hoch dosierte Vitamine und Spurenelemente erhielt. 66 Betagte von 81 ± 1 Jahren mit einem mittleren Body Mass Index von 24 ± 1 und einem normalen Serum-Eiweiss von 41 ± 1 gr/l, die zur Hälfte allein und in einem Altersheim lebten, nahmen teil und erhielten das Supplement während 183 Wintertagen.

- Die Hälfte der Teilnehmenden brach die Studie vor allem wegen Unverträglichkeit der Zusatznahrung vorzeitig ab.
- Die 16 Personen ohne und die 18 Personen mit polyvitaminhaltiger Nahrungsergänzung litten zusammen an 156 vs 78 Tagen an Erkältungssymptomen ($p < 0.049$).
- 2 Monate nach der Grippeimpfung zeigten 87% der Personen mit Polyvitaminen, aber nur 41% derjenigen ohne diese eine gute humorale ($p = 0.012$) oder zelluläre ($p = 0.013$) Immunantwort auf den Impfstoff.
- Pillen von Vitaminen und Spurenelementen waren wirkungslos in einer Studie von 118 Hochbetagten.

B. Langkamp-Henken et al: Nutritional Formula Enhanced Immune Function and Reduced Days of Symptoms of Upper Respiratory Tract Infection in Seniors. JAGS 52: 3-12 and 20-24, 2004