

Zu viel altes Eisen

Für den Organismus ist Eisen ein lebenswichtiger Mineralstoff. Zwischen zwei und sechs Gramm befinden sich in unserem Körper. Bei der Eisenspeicherkrankheit (Hämochromatose) kann der Wert auf bis zu 80 Gramm ansteigen. Die Auswirkungen sind schwerwiegend.

Die Eisenspeicherkrankheit (Hämochromatose) ist eine vererbte Störung des Eisenstoffwechsels. Durch erhöhte Aufnahme von Eisen im oberen Dünndarm kommt es zur massiven Speicherung des Metalls. Schädigungen verschiedener Organe, insbesondere Leber, Bauchspeicheldrüse, Herzmuskel, Gelenke und Hirnanhangdrüse sind die Folge. Ohne Behandlung kommt es nach vielen Jahren zu Leberzirrhose, Leberzellkarzinom, Diabetes, Herzrhythmusstörungen sowie Gelenkentzündungen und -arthrosen.

Der Erkrankungsprozess beginnt bereits im jungen Erwachsenenalter und verläuft sehr langsam. Nicht selten Jahrzehnte lang unentdeckt, weiß der Erkrankte oft gar nicht, was ihn plagt. Erik Heinen, ein Betroffener, trug die Krankheit viele Jahre in sich: „Ich fühlte mich schlapp und eingerostet. Ich habe das auf die Arbeitsbelastung und den Stress geschoben.“ Heute weiß Herr Heinen, dass er zu den etwa 80.000 an Hämochromatose erkrankten Menschen in Deutschland gehört. Etwa jeder 400. Bundesbürger ist Träger

des doppelten Gendefektes und hat damit ein erhöhtes Risiko, Krankheitssymptome zu entwickeln. Im Verlauf der Krankheit können sich Müdigkeit, Impotenz, Menstruationsbeschwerden, Oberbauchschmerzen, Diabetes und Gelenkschmerzen einstellen. Die ersten Symptome zeigen sich bei Männern bereits ab dem 40. Lebensjahr, bei Frauen meist nach den Wechseljahren. Die Chemnitzerin Simone Tobler (Name geändert) beschreibt ihre Beschwerden so: „Schmerzen im Rücken, in den Beinen, im Fußgelenk und großen Zeh; etwas in den Hüften und in den Knien. Oberbauchschmerzen, viel Hunger, Konzentrationsschwierigkeiten, Versteifung der Fingergelenke. Ich fühlte mich nicht mehr straßensicher – das war sehr schlimm.“ Je früher Hämochromatose als Ursache für die Beschwerden erkannt wird, desto besser sind die Heilungsaussichten.

Aus eigener Erfahrung

Die Kölnerin Renate Fritsch, 72-jährige Gründerin der Hämochromatose Vereinigung Deutschland e.V.

und selbst von der Erkrankung betroffen, weiß aber aus eigener Erfahrung, wie holprig der Weg zur richtigen Diagnose sein kann. „Bereits 1988 wurde bei mir ein erhöhter Eisengehalt im Blut festgestellt. Ich habe früher viel Sport getrieben, gejoggt. Irgendwann fingen meine Gelenke an, stark zu schmerzen. Zunächst tippte man auf Rheuma. Der behandelnde Orthopäde riet mir, mit dem Laufen aufzuhören. Als ich das tat, breiteten sich die Schmerzen in allen Gelenken aus und verschlimmerten sich.“ Erst ein Rheumatologe, der die Symptome der Hämochromatose kannte, konnte weiterhelfen. Das war Ende 1990, zwei Jahre nach den ersten Beschwerden. Dabei ist die Diagnose der Eisenspeicherkrankheit relativ einfach. Das Blut des Patienten wird auf zwei Laborwerte hin untersucht: Den Ferritinspiegel (Ferritin ist ein Eisenspeicherprotein) und die Transferrin-Sättigung (Transferrin ist ein Eisentransportprotein). Beide Werte zusammen können verlässliche Hinweise auf eine Eisenüberladung liefern. Die endgültige Diagnose sollte durch einen Gentest



Der Aderlass unterscheidet sich kaum vom Verfahren der Blutspende. Die mittelalterlichen Vorstellungen von einer Schale in die langsam Blut tropft haben nichts mit dem modernen Aderlass gemein.

gesichert werden, dessen Kosten im Verdachtsfall von den Krankenkassen übernommen werden. Da es eine Erbkrankheit ist, sollten Verwandte ersten Grades, insbesondere Geschwister, dann ebenfalls getestet werden.

Eine einfache Therapie

Ist die Hämochromatose erst einmal sicher diagnostiziert, ist die Therapie erstaunlich simpel: Aderlässe. Durch das „Abzapfen“ des eisenhaltigen Blutes und der anschließenden körpereigenen Neublutbildung wird der Eisengehalt in der Blutbahn kontinuierlich gesenkt. Behandlungserfolge stellen sich dann recht bald ein: die Abgeschlaftheit lässt nach, Schmerzen werden milder, Oberbauchbeschwerden verringern sich und selbst bei beginnender Lebererkrankung stellt sich nach und nach ein Heilungserfolg ein. „Durch eine konsequente Lebensweise, durch eine angepasste Ernährung und sportliche Betätigung benötige ich heute nur noch ein bis zwei Aderlässe im Jahr“, bekräftigt Renate Fritsch den Erfolg bei ihrem Kampf gegen die Eisenspeicherkrankheit. „Mein Tipp: Hämochromatose, früh diagnostiziert und behandelt, sichert eine normale Lebenserwartung – also nicht zögern und handeln!“ hk

Informationen:

HVD Hämochromatose-Vereinigung Deutschland e.V.
Linder Weg 88 A, 51147 Köln
Tel.: 0700 4833 8674
info@haemochromatose.org
www.haemochromatose.org