



Bitte möglichst bis zur Geburt, spätestens jedoch bis zur Vorsorgeuntersuchung U2 durchlesen. Fragen dazu können mit Ihrem Arzt besprochen werden.

Was ist Vitamin K?

Vitamin K ist ein Vitamin, das für das Gerinnungssystem des Blutes eine außerordentlich wichtige Rolle spielt. Es ist in allen Nahrungspflanzen und in der Milch, besonders reichlich in Blattgemüse, Salat, Kohl, Karotten und Sojaöl enthalten. Der Bedarf eines jungen Säuglings an Vitamin K liegt normalerweise in der Größenordnung von 1 µg/Tag und ist für die allermeisten Kinder durch die Muttermilch gedeckt. (1 µg, Mikrogramm = 1.000.000stel Gramm.)

Das Problem:

Kinder, die voll gestillt werden, erhalten weniger Vitamin K als Kinder, die mit Flaschennahrung oder früh mit Beikost ernährt werden. Dies führte dazu, dass in den Jahren vor Einführung einer generellen Vitamin-K-Prophylaxe Blutungen und z.T. auch Hirnblutungen bei vollgestillten Kindern durch Vitamin-K-Mangel beobachtet wurden. Ein Teil dieser Blutungen führte zu einer bleibenden Behinderung oder zum Tode des Kindes. Ohne Prophylaxe treten diese Blutungen bei ca. einem von 10.000 Kindern auf. Welche Kinder besonders gefährdet sind, ist nur schwer zu erkennen. Dies führte zu der Empfehlung, allen Kindern nach der Geburt, bei der 2. und bei der 3. Vorsorgeuntersuchung, jeweils **2 Tropfen Vitamin K à 1 mg** zu geben. Die dabei gegebene Dosis entspricht dem 2.000-fachen dessen, was ein Kind täglich über die Muttermilch erhält. Ein Teil dieser Dosis wird vom Kind bis zur nächsten Gabe gespeichert.

Spricht etwas gegen die offizielle Empfehlung zur Vitamin-K-Prophylaxe?

Man kann sich die Frage stellen, ob es nicht einen Sinn hat, dass das Gerinnungssystem Neugeborener durch den vergleichsweise niedrigen Gehalt der Muttermilch an Vitamin K langsam reift. Verzögerte Reifungsprozesse sind vielfach eine Besonderheit der menschlichen Entwicklung.

Tierexperimentelle Untersuchungen weisen darauf hin, dass z. B. ein extrem niedriger Gehalt des embryonalen Blutes an Vitamin K vor Chromosomen-Brüchen

schützt, auch gibt es Hinweise, dass Vitamin K die Tumorabwehr hemmt.

In einer englischen Studie hatten Kinder, die 1 mg Vitamin K nach der Geburt gespritzt bekamen, ein mehr als doppelt so hohes Risiko später an einer Krebserkrankung zu erkranken, als Kinder die kein Vitamin K oder dieses nur in Tropfenform bekommen hatten. In späteren Studien konnte dieser Zusammenhang nicht mehr bestätigt werden. Dennoch sollte bedacht werden, dass es sich bei der jetzt gegebenen Dosis um eine unnatürlich hohe Dosis handelt, auch wenn dadurch bisher keine Nebenwirkungen bekannt geworden sind. Deshalb, und weil es noch offene Fragen zur Bedeutung von Vitamin K für den menschlichen Organismus gibt, wollen wir gemeinsam mit Ihnen zu einer individuellen Entscheidung bezüglich der Anwendung von Vitamin K kommen.

Welche anderen Möglichkeiten gibt es?

1. Nach Erfahrungen in Holland ist die tägliche Gabe von 25 µg Vitamin K entsprechend 2 Tropfen einer verdünnten Vitamin-K-Lösung, (Bezugsquellen, siehe rechts) verbunden mit einer einmaligen hochdosierten Gabe von 1 mg direkt nach der Geburt vergleichsweise effektiv wie die deutsche Empfehlung. Bei diesem Vorgehen sind in Holland Blutungen durch **Vitamin-K-Mangel** extrem selten und bisher nur bei Kindern mit einer Störung des Gallenflusses beobachtet worden. Die tägliche Gabe von Vitamin K ist natürlicher als die 3-malige Gabe einer stark überhöhten Dosis. Es muss dabei bedacht werden, dass das Kind täglich immer noch etwa die 20-fache Vitamin-K-Menge im Vergleich zu dem bekommt, was die Muttermilch enthält.
2. Viele der Eltern in anthroposophischen Praxen und Kliniken haben sich seit Jahren für diese niedrig dosierte Prophylaxe **ohne die hohe Anfangsdosis** entschieden. Es scheint uns nicht wahrscheinlich, dass die hochdosierte Gabe von 1 mg nach der Geburt, wie sie in Holland gegeben wird, primär für die dortigen Ergebnisse entscheidend ist.
3. Falls Sie sich gegen eine Vitamin-K-Prophylaxe in Tropfenform entscheiden, gibt es die Möglichkeit, durch reichlichen Verzehr von Haferflocken, frischem Blattsalat, Blattgemüse, Möhren, ver-

träglichen Kohlsorten wie Brokkoli oder Verwendung von Maiskeim- oder Olivenöl als Speise- und Salatöl den Gehalt der Muttermilch an Vitamin K mehr als zu verdoppeln. Bei dieser Art der Prophylaxe ist vermutlich der Schutz vor einer Blutung nicht so groß wie bei der Gabe der Vitamin-K-Tropfen; Überdosierungen sind damit ausgeschlossen.

Worauf muss besonders geachtet werden?

In den ersten Lebensmonaten sollte jede Blutung beim Kind, also z. B. Punktblutungen, Nasenbluten, Blutauflagerungen auf dem Stuhl oder auffällige Blutungsflecke an der Haut zum Anlass genommen werden, das Kind so schnell wie möglich einem Arzt vorzustellen. Außerdem sollte eine länger anhaltende Gelbsucht als möglicher Hinweis auf eine Störung des Gallenflusses sowie eine ungenügende Gewichtszunahme ernst genommen und vom Arzt geklärt werden.

Rezeptur

Vitamin K1, ölige Tropfen 12,5 µg/Tropfen 20 ml

Rp.
Phytomenadion (PHEOR) 6,26 mg
Oleum amygdalarum ad 20,0
Dosierung: Täglich 2 Tropfen vor einer Stillmahlzeit über 12 Wochen geben.

Jede Apotheke muss und kann diese Rezeptur herstellen.

Eine darin erfahrene Apotheke ist z. B.: See-Apotheke, Obere-See-Straße 17, 88085 Langenargen
Tel. 0 75 43 / 93 13-0, Fax
0 75 43 / 93 13-33
see-apo.la-barbara-massag@t-online.de

Für die Gesellschaft Anthroposophischer Ärzte in Deutschland:
Dr. med. R. Madeleyn, *Leitender Kinderarzt Filderklinik, Filderstadt*
Dr. med. B. Maris, *Frauenarzt, Krefeld*
Dr. med. C. Meinecke, *Kinderarzt, Berlin*
Dr. med. A. Längler, *Leitender Kinderarzt, Gemeinschaftskrankenhaus-Herdecke Georg Soldner, Kinderarzt, München*

Siehe auch: Madeleyn T, et. al. GAÄD-Leitlinie zum Vorgehen bei Vitamin-K-Prophylaxe im Säuglingsalter.
In: Der Merkurstab 1.2007



Gesellschaft
Anthroposophischer Ärzte
in Deutschland

Merkblatt zur Vitamin-K-Prophylaxe | Seite 2

Herausgeber:

Gesellschaft Anthroposophischer Ärzte
in Deutschland e.V.

Roggenstraße 82, 70794 Filderstadt
Tel. 0711 / 77 99 711, Fax 0711 / 77 99 712
info@gaed.de

www.gaed.de

In Kooperation mit der Medizinischen
Sektion der Freien Hochschule für
Geisteswissenschaft am Goetheanum,
CH-4143 Dornach
www.medsektion-goetheanum.ch

Stand Januar 2007

Die Merkblätter können bei der GAÄD-
Geschäftsstelle (Adresse oben) gegen eine
geringe Schutzgebühr bestellt werden.

Folgende Merkblätter sind erschienen:

- **Vitamin-K-Prophylaxe**
- **HPV-Impfung**
- **Osteoporose**
- **Mammographie**
- **„Die Pille“**