

Kalzium als Frakturprävention: Meta-Analysen widersprüchlich

m -- Tang BM, Eslick GD, Nowson C et al. Use of calcium or calcium in combination with vitamin D supplementation to prevent fractures and bone loss in people aged 50 years and older: a meta-analysis. Lancet 2007 (25. August); 370: 657-66

[\[LINK\]](#)

Zusammenfassung: Peter Ritzmann

Einzelstudien und Meta-Analysen zur Frage des Nutzens von Kalziumsupplementen zur Verhütung osteoporotischer Frakturen haben widersprüchliche Resultate ergeben. Die aktuelle systematische Übersicht zu diesem Thema kommt zum Schluss, die prophylaktische Gabe von Kalzium allein oder in Kombination mit Vitamin D reduziere bei über 50-Jährigen das Frakturrisiko generell um 12% und verringere die Abnahme der Knochendichte. Dabei sei eine Tagesdosis von 1'200 mg oder mehr am wirksamsten. Das Beispiel illustriert aber hauptsächlich Eines: die Resultate von Meta-Analysen sind anfällig auf die angewendeten Auswahlkriterien und können das Problem von zu wenig oder zu wenig guten Studien zu einem Thema nur sehr beschränkt überwinden helfen.