



Zusammenfassung Arbeit über Folatstatus und Awareness von Folsäure der ETH Zürich

AUSGANGSLAGE

Folate spielen eine wichtige Rolle zur Verhinderung von Neuralrohrdefekten (**NTD**). Dennoch ist unser Wissen über den Folatstaus bei gebärfähigen und schwangeren Frauen ungenügend. Auch wissen wir zu wenig über die Awareness von Folsäure in der Bevölkerung mit Bezug auf die Entwicklung des Embryo.

Ziel der Studie war es, den Folatstatus und den Folatmangel von Frauen im gebärfähigen Alter und in der Schwangerschaft zu messen. Ein weiteres Ziel bestand darin die Awareness von Folsäure in der Bevölkerung zu erfassen.

METHODE

Bestimmen der Folatkonzentration und des Folatmangels in den roten Blutzellen (**RBC**) bei 171 Frauen im gebärfähigen Alter und bei 177 schwangeren Frauen aus der ganzen Schweiz. Zur Feststellung der Awareness wurde eine online Umfrage bei 784 Frauen und Männern durchgeführt.

ERGEBNISSE DER FOLATKONZENTRATION

Zur Information: Bei einer Folatkonzentration in den RBC (Speicherform von Folat) $> 906 \text{ nmol/L}$ besteht nur ein minimales oder kein Risiko für einen NTD. Ohne eine zusätzliche perikonzeptionelle Folsäure-Supplementation kann dieser Wert kaum erreicht werden. Ein Wert $< 906 \text{ nmol/L}$ bedeutet ein erhöhtes Risiko.

Die Folatkonzentration in RBC (median, 95 % CI*) betrug 442 (414,484) nmol/L bei den gebärfähigen (vs. ohne Folsäure-Supplement) und 873 (844, 979) nmol/L bei

schwangeren Frauen. Das bedeutet, dass **bei 91.8%** der **gebärfähigen Frauen** und bei **52%** der **schwangeren Frauen** ein **erhöhtes Risiko für NTD** bestand.

ERGEBNISSE ZUM FOLATMANGEL

Ein Folatmangel liegt vor, wenn der Folatgehalt in den RBC <340nmol/L beträgt. Dies war bei **19.9% der gebärfähigen** und **2.8% der schwangeren Frauen** der Fall.

ERGEBNISSE ZUM BEWUSSTSEIN UND KENNTNIS ÜBER FOLSÄURE

Gemäss der Online-Umfrage war das Bewusstsein zur Bedeutung von Folaten mit Bezug auf den NTD bei **über 88%** der Befragten vorhanden. Das Wissen über den Folatgehalt von Lebensmitteln und über die nationale Folsäure-Empfehlung bei Kinderwunsch waren limitiert.

KONKLUSIONEN

Die ungenügende Folatkonzentration in den RBC mit dem erhöhten Risiko für NTD ruft nach zwingenden Massnahmen zur Verbesserung der Folatvorsorge bei gebärfähigen wie auch schwangeren Frauen.

*95% CI = Konfidenz-Interwall

ERKENNTNISSE FÜR DIE STIFTUNG FOLSÄURE SCHWEIZ (SFS)

1. Awareness und **Verbindung von Folat zur Neuralrohrdeffekt (NDT)-Vorsorge** wurde durch Aktivität der SFS massiv **auf 88% gesteigert**. D.h. die Stiftung Folsäure Schweiz leistet einen sehr wertvollen Beitrag zum Bewusstsein und den Erkenntnissen über das Lebensvitamin Folsäure. **Im Jahre 2000** lag der Bekanntheitsgrad von Folsäure bei nur **35%**.
2. **Auf den Zeitpunkt kommt es an.**
Die Studie belegt eindrücklich, dass viele Frauen einem Risiko für NTD ausgesetzt sind, weil die Einnahme von genügend Folsäure spät erfolgt. Und nicht, wie durch SFS und BAG empfohlen, 1-3 Monate vor der Konzeption und in den ersten 12 Wochen der Schwangerschaft. Wir müssen deshalb in unserer zukünftigen Präventions- und Informations-Arbeit den **Fokus** noch stärker **auf den richtigen Zeitpunkt für die Einnahme der Folsäure-Präparate** legen.

Link zur Studie: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33287229/>

Erich P. Meyer und Prof. Dr. Kurt Baerlocher