

Kalziumarme Diät begünstigt Bildung von Oxalatsteinen

r -- Borghi L, Schianchi T, Meschi T et al. Comparison of two diets for the prevention of recurrent stones in idiopathic hypercalciuria. N Engl J Med 2002 (10. Januar); 346: 77-84

[\[LINK\]](#)

umoxalat-Lithiase und Hyperkalziurie muss als Kunstfehler angesehen werden!

Ulrich Binswanger

Kommentar: Ulrich Binswanger

Studienziele

Zur Prävention von Steinrezidiven wurde Personen mit einer idiopathischen Hyperkalziurie eine kalziumarme Diät empfohlen. Sie wurde aber in jüngster Zeit in Frage gestellt. Dagegen wird eine geringere Einnahme von tierischem Eiweiss und Salz als wirksamere Massnahme propagiert, aber auch dazu fehlen Langzeitdaten. Ziel dieser randomisierten italienischen Studie war es, die Wirksamkeit beider Diätformen über einen Zeitraum von 5 Jahren zu evaluieren und miteinander zu vergleichen.

Methoden

120 Männer mit einer Hyperkalziurie und rezidivierenden Kalziumoxalat-Steinen wurden in die Studie aufgenommen. Alle wurden instruiert, oxalatreiche Nahrungsmittel zu meiden. 60 von ihnen erhielten eine Diät mit einer normalen Kalziumzufuhr (30 mmol = 1'200 mg pro Tag); die Menge an tierischem Eiweiss (52 g pro Tag) und Speisesalz (50 mmol = 3 g pro Tag) wurde jedoch eingeschränkt. Den anderen 60 Männern wurde eine kalziumarme Diät ohne Milch und Milchprodukte verordnet mit dem Ziel einer Reduktion der Kalziumzufuhr auf 10 mmol = 400 mg Kalzium pro Tag.

Ergebnisse

Während der Beobachtungszeit traten bei 12 Männern der ersten Gruppe (Diät mit normaler Kalzium- aber reduzierter Eiweiss- und Salzzufuhr) und bei 23 Männern der zweiten Gruppe (kalziumarme Diät) Steinrezidive auf. Das relative Risiko für ein Rezidiv betrug für die erste Gruppe im Vergleich zur zweiten Gruppe 0,49 (95%-CI 0,24 bis 0,98; p=0,04). Die Kalziumkonzentrationen im Urin sanken in beiden Gruppen signifikant um ungefähr 170 mg pro Tag. Die Ausscheidung von Oxalat im Urin nahm jedoch bei den Männern mit der kalziumarmen Diät zu (durchschnittlich um 5,4 mg pro Tag), während sie bei den Männern, die eine Diät mit normalen Kalziummengen, aber reduzierten Anteilen von tierischem Eiweiss und Salz erhalten hatten, abnahm (durchschnittlich um 7,2 mg pro Tag).

Schlussfolgerungen

Die eingeschränkte Aufnahme von tierischem Eiweiss und Salz bei normaler Kalziumzufuhr schützt Männer mit einer Hyperkalziurie eher vor Rezidiven von Kalziumoxalat-Steinen als die traditionelle kalziumarme Diät. (TW)

Die Befunde dieser randomisierten Studie untermauern die Ansicht von Fachpersonen, dass eine kalziumarme Diät mangels Bindung von Oxalat im Darmlumen die Oxalurie vermehrt und damit eine Steinbildung begünstigt. Die Verordnung einer kalziumarmen Diät bei rezidivierender Kalzi-