PILOTSTUDIE

Mit Biogena Osteo Calbon Komplex Gold die Knochenstruktur stärken

Selbst wenn es auf den ersten Blick nicht so erscheint, ist der Knochen ein lebendiges, dynamisches Gewebe, das sich in ständigem Umbau befindet. Bei entsprechender Nährstoffzufuhr überwiegen in jungen Jahren die Aufbauprozesse. Ab ungefähr dem 30. Lebensjahr stehen die Abbauprozesse im Vordergrund. Mit dem Thema starke, gesunde Knochen befassen sich die meisten Menschen allerdings erst in der zweiten Lebenshälfte. Dann nämlich, wenn eine Knochendichtemessung zeigt, dass die Knochenstärke überdurchschnittlich abgenommen hat.
Eine verringerte Knochendichte weisen jedoch auch Jüngere auf. Betroffen sind vor allem Personen, die einer Risikogruppe angehören. So führen Lebensmittelunverträglichkeiten durch Veränderungen an der Darmschleimhaut zu einer verminderten Nährstoffaufnahme. Geringes Körpergewicht, einseitige Diäten, wenig Bewegung, Alkohol und Rauchen wirken sich ebenfalls ungünstig auf die Knochendichte aus. Eine Laktoseintoleranz, die die Vermeidung von Milchprodukten erfordert, kann den Calciumvorrat reduzieren. Bestimmte Medikamente – wie Schilddrüsenhormone, Kortison oder Protonenpumpenhemmer („Magenschutz") – stören die Calcium-Aufnahme. Viele Menschen verfügen über zu wenig Vitamin D: So kann Calcium weder aus dem Darm aufgenommen noch in die Knochen eingelagert werden. Für einen gesunden Knochenstoffwechsel wird zudem Vitamin K in ausreichender Menge benötigt.
In einer österreichischen Hausarztpraxis wurde die Knochendichte von 48 gesunden Erwachsenen im Alter von 20 bis 54 Jahren röntgenologisch gemessen (DEXA-Messung). Das Durchschnittsalter der Untersuchten lag bei gerade einmal 41 Jahren. Bei keinem von ihnen bestand der Verdacht, dass die Knochengesundheit unzureichend wäre. Allerdings zählten sie zu einer Risikogruppe. Und tatsächlich belegte die Untersuchung, dass eine ungenügende Knochendichte bereits bei jüngeren Personen auftreten kann: 81 % der Untersuchten (39 Personen) hatten eine nachweislich reduzierte Knochendichte.

Die Produktstudie

Den 39 Personen mit geringer Knochendichte wurde die Teilnahme an einer Produktstudie angeboten; 33 Personen nahmen dies wahr. Die Teilnehmer wurden nach dem Zufallsprinzip der Verumgruppe (mit dem Studienprodukt) oder der Placebogruppe (mit einem Scheinpräparat) zugeordnet.
Für die darauffolgenden 6 Monaten erhielten 17 Personen das Studienprodukt (Biogena Osteo Calbon Komplex Gold) und 16 Personen das Scheinpräparat (Cellulose-Kapseln). Danach erfolgte eine weitere Messung der Knochendichte. Aus der Verumgruppe, die das Studienprodukt verwendet hatte, führten 8 Personen die Studie um weitere 6 Monate fort und wurden nach insgesamt 12 Monaten erneut zur Knochendichtemessung gebeten. Die Placebogruppe beendete die Studie nach 6 Monaten.

Das Produkt

Biogena Osteo Calbon Komplex Gold ist eine speziell entwickelte Zusammensetzung aus proteingebundenem Calcium und Phosphor (aus Hydroxyapatit) mit den Vitaminen D_3 und K_2, die im Knochenstoffwechsel benötigt werden. Zusätzlich enthält das Präparat das Spurenelement Bor sowie siliziumhaltige Kieselsäure aus Bambus. Die Teilnehmer hielten sich an die empfohlene Tagesdosis von 3 Kapseln.

Die Ergebnisse

Die DEXA-Messung nach 6 Monaten zeigte, dass die Teilnehmer der Verumgruppe (mit dem Studienprodukt) ihre Knochendichte in der Hüfte und der Wirbelsäule erhalten konnten. Den Teilnehmern in der Placebogruppe gelang dies nicht. In der Placebogruppe mit dem Scheinpräparat reduzierte sich die Knochendichte in der Wirbelsäule nach 6 Monaten um -2 % und in der Hüfte um -0,7 % (Abb.).
Bei der DEXA-Messung nach 12 Monaten nahm die Wirbelsäulen-Knochendichte in der Gruppe, die das Studienprodukt verwendete, um durchschnittlich +1,7 % zu. In der Hüfte lag die Zunahme bei durchschnittlich +2 % (Abb.). Das belegt, dass eine gezielte langfristige Zufuhr ausgewählter Nährstoffe einen wesentlichen Beitrag zur Erhaltung der Knochendichte leisten kann.

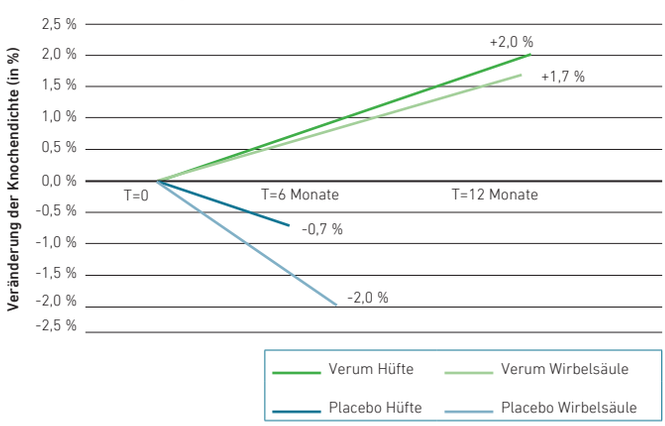

Abb.: Veränderung der Knochendichte in Hüfte und Wirbelsäule (in %) von Personen, die Biogena Osteo Calbon Komplex Gold (grün) 12 Monate lang verwendeten, im Vergleich zur Gruppe, die ein Scheinpräparat erhalten hatte (blau).

Fazit

Knochengesundheit ist ein Thema, das alle betrifft, unabhängig vom Alter. Personen, die zu einer Risikogruppe zählen, sollten nach Absprache mit ihrem Hausarzt eine unkomplizierte Knochendichtemessung durchführen lassen. Für den Erhalt fester und stabiler Knochen ist neben ausreichender Bewegung und einer gesunden Lebensweise die Zufuhr bestimmter Nährstoffe notwendig. Diese Produktstudie zeigt, dass die Knochendichte mithilfe des Kombinationspräparats Biogena Osteo Calbon Komplex Gold langfristig erhalten werden kann.

Autor der Biogena-Studie:

Dr. med. univ. Johann Resch
Allgemeinmediziner

Salzburg, Mai 2019

Biogena Naturprodukte GmbH & Co KG
Strubergasse 24, A-5020 Salzburg, www.biogena.com

Infoline Österreich gebührenfrei: T 0800 88 81 88, info@biogena.com, Infoline Deutschland: T +49 8654 774 00-0, deutschland@biogena.com
Infoline International: T +49 8654 77 00 28-0, international@biogena.com

Etwaige Druck- und Satzfehler vorbehalten.