



Vitamin D und Calcium

Supplementierung, Anwendungsgebiete, Erstattungsfähigkeit

Viele Mineralstoffe sind für den Menschen essentiell, können aber nicht selber vom Organismus synthetisiert werden. Daher müssen sie über die Nahrung zugeführt oder supplementiert werden. Gerade bei der Osteoporosevorbeugung spielt die Zufuhr von Vitamin D und Calcium eine große Rolle.

Calcium ist ein Mengenelement und dominierend am Knochenaufbau beteiligt. Das Knochen skelett dient als physiologischer Calciumspeicher. Vitamin D gehört zu den fettlöslichen Vitaminen und kann mit Hilfe von Sonnenlicht (UV-B-Strahlung) vom Körper selbst

synthetisiert werden. Die Aufnahme von Calcium wird durch Vitamin D begünstigt, da letzteres die intestinale Absorption von Calcium stimuliert.

Osteoporoseprophylaxe

Die Osteoporose ist eine systemische Skeletterkrankung, bedingt durch eine niedrige Knochenmasse und eine fortschreitende Verschlechterung des Knochengewebes. Als Folge kann es zu einem Anstieg der Knochenfragilität und somit häufiger zu Frakturen kommen. Neben bestimmten Grunderkrankungen, wie z. B. Diabetes, Cushing-Syndrom oder auch rheumatoide Arthritis, kann die Osteoporoseentstehung durch

Faktoren wie Untergewicht oder Immobilität begünstigt werden.

Neben der verbesserten Aufnahme von Calcium durch Vitamin D findet Vitamin D zusätzlich Anwendung bei der Sturzprophylaxe. So führt der Ausgleich eines Vitamin-D-Mangels zu einer Senkung der Sturzrate.

Supplementierung für Risikogruppen

Bei einer ausgewogenen Ernährung sind in der Regel keine Mangelerscheinungen zu erwarten. Es gibt jedoch Patientengruppen, bei denen eine zusätzliche Zufuhr von Vitamin D und Calcium empfehlenswert ist oder die von einer Unterversorgung mit Mangelerscheinung betroffen sein können. Hierzu zählen Frauen nach der Menopause oder auch Männer ab dem 60. Lebensjahr. Auch bei strengen Vegetariern, Veganern sowie Personen mit teilweisen Darmresektionen, Morbus Crohn etc. besteht die Gefahr eines Calcium- und z. T. Vitamin-D-Mangels.

Im Sommer bildet der Körper bei ausreichender Sonnenlichtexposition genügend Vitamin D. Hierzu reichen täglich 10 bis 15 Minuten in der Sonne aus, in denen Gesicht und Arme besonnt werden. Um Schädigungen der Haut zu vermeiden, sollte diese im Frühling langsam an die Sonne gewöhnt werden. Der Einsatz von Sonnenschutzmitteln kann die Vitamin-D-Synthese beeinflussen, da die benötigte Strahlung nicht mehr in die Haut eindringen kann.

Im Winter reicht die Strahlung jedoch in unseren Breitengraden nicht aus, um die vom Körper benötigte Menge Vitamin D zu synthetisieren. Gerade hier empfiehlt sich in der dunklen Jahreszeit, Vitamin D zusätzlich einzunehmen, um einem Mangel entgegenzuwirken. Besonders bei älteren Menschen ist die Kontrolle des Vitamin-D-Haushaltes wichtig, da die Kapazität der Haut zur Vitamin-D₃-Bildung mit dem Alter immer weiter nachlässt. Auch der Verzehr Vitamin-D-haltiger Lebensmittel ist empfehlenswert – z. B. 1-2 x die Woche fetthaltiger Fisch (Aal, Hering etc.). Aber auch Eier, Champignons und Avocados enthalten Vitamin D.

Die DVO (Dachverband Osteologie) Leitlinien Osteoporose 2014 empfehlen für erwachsene Osteoporosepatienten ohne spezifische medikamentöse Therapie eine tägliche Calciumzufuhr von 1000 mg – allerdings nur, wenn eine ausreichende Zufuhr über die Nahrung nicht gewährleistet werden kann. Erwachsene sollten zudem 800-1000 I.E. Vitamin D₃ täglich zu sich nehmen.

In der Apotheke stehen entsprechende Kombinationspräparate in unterschiedlichen Dosierungen zur Verfügung. Der Bedarf variiert von Mensch zu Mensch je nach Alter und persönlichen Ernährungsweisen sowie abhängig von den Lebensumständen. Empfehlungen zur richtigen Einnahmemenge sind oft schwierig. In der Apotheke sollte man sich daher am besten an den Referenzwerten der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) orientieren, sofern der Kunde nicht bereits eine ärztliche Anweisung erhalten hat. Präparate, die in ihrer Konzentration diesen Referenzwerten entsprechen, können gesunde Personen in der Selbstmedikation einnehmen, ohne dass sie zu einer Überdosierung führen. Im Zweifel sollte immer erst mit einem Arzt Rücksprache gehalten werden.

Eine praktische Übersicht geeigneter Kombinationspräparate finden Sie auf Seite 34 und zusätzlich zum Download auf dem DeutschenApothekenPortal:



Übersicht „Calcium/Vitamin-D-Kombinationspräparate“:

www.OTCdialog.de/4051

Erstattungsfähigkeit von Calcium/Vitamin-D-Kombipräparaten zulasten der GKV

Eine grundsätzliche Voraussetzung für die Erstattung durch die GKV ist die Kennzeichnung als apothekenpflichtiges Arzneimittel. Diese sind erstattungsfähig

- für Kinder bis 12 Jahre und Jugendliche mit Entwicklungsstörungen bis 18 Jahre;
- für Erwachsene unter bestimmten Voraussetzungen nach Anlage I der AM-RL (OTC-Übersicht).

Laut Anlage I (OTC-Übersicht) können Calciumverbindungen mit mindestens 300 mg Calcium-Ion/Dosiereinheit und Vitamin D als freie oder fixe Kombination zulasten der GKV verordnet werden. Dies gilt auch für Vitamin-D-Monopräparate, sofern eine ausreichende Calciumzufuhr über die Nahrung stattfindet. Diese Präparate werden unter folgenden Voraussetzungen gemäß Anlage I der OTC-Übersicht erstattet:

- nur zur Behandlung der manifesten Osteoporose;
- nur zeitgleich zur Steroidtherapie bei Erkrankungen, die voraussichtlich einer mindestens sechsmonatigen Steroidtherapie mit einer Dosis von wenigstens 7,5 mg Prednisolonäquivalent bedürfen;
- bei Bisphosphonat-Behandlung gemäß Angabe in der jeweiligen Fachinformation bei zwingender Notwendigkeit.

Um von der GKV erstattet zu werden, muss mindestens eine dieser Voraussetzungen erfüllt sein.

Erstattungsfähigkeit bei fehlender Packungsgröße

Es sind Calcium/Vitamin-D-Kombinationspräparate ohne Normkennzeichen im Handel. Hier stellt sich die Frage, ob ein Arzneimittel ohne Normkennzeichen zulasten einer Kasse abgegeben werden kann. Dies richtet sich danach, ob die Menge oberhalb der größten Messzahl liegt oder ob die enthaltene Menge zwischen zwei Normbereiche fällt. Trägt eine Packung kein Normkennzeichen, weil die Menge gemäß Packungsgrößenverordnung zwischen zwei Normbereiche fällt, darf diese auf eine genaue Stückzahlverordnung hin abgegeben werden. Übersteigt die enthaltene Menge jedoch die größte Messzahl, dann handelt es sich um eine nicht erstattungsfähige Jumbopackung. Dies ist nur selten der Fall. Die Normbereiche für Calciumpräparate mit Vitamin D sind:

Calcium + Colecalciferol		
Abgeteilte orale Darreichungsformen		
(Angaben in St.)		
N1: 16 – 24	N2: 45 – 55	N3: 114 – 120

Abb.: Normbereiche laut Packungsv
Quelle: PZN-Checkplus, DAP GmbH, Stand: Juli 2017

Was ist mit der Diagnose?

Ist auf dem Rezept keine Diagnose angegeben, hat der Apotheker keine Pflicht, diese zu erfragen. Anders sieht es aus, wenn der Arzt eine Diagnose auf dem Rezept aufgebracht hat: Dann besteht für den Apotheker eine erweiterte Prüfpflicht, ob die angegebene Diagnose den Vorgaben der OTC-Übersicht entspricht. Sollte dies nicht der Fall sein, muss der Apotheker Rücksprache mit dem Arzt halten und das Präparat ist ggf. vom Patienten privat zu zahlen.

Beispiel: Verordnung für einen Erwachsenen zulasten einer Ersatzkasse

aut idem	Calcigen D intens 1000 mg/880 I.E. Brausetabletten N3
aut idem	Osteoporose

Da auf dem Rezept eine Diagnose angegeben ist, sollte in der Apotheke kurz geprüft werden, ob diese mit den Vorgaben der OTC-Übersicht übereinstimmt.

Verordnungsvorgaben
Anl. I AM-RL (OTC-Übersicht)
Calciumverbindungen (mind. 300 mg Calcium-Ion/Dosiereinheit) und Vitamin D (freie oder fixe Kombination) sowie Vitamin D als Monopräparat bei ausreichender Calciumzufuhr über die Nahrung - nur zur Behandlung der manifesten Osteoporose, - nur zeitgleich zur Steroidtherapie bei Erkrankungen, die voraussichtlich einer mindestens sechsmonatigen Steroidtherapie in einer Dosis von wenigstens 7,5 mg Prednisolonäquivalent bedürfen, - bei Bisphosphonat-Behandlung gemäß Angabe in der jeweiligen Fachinformation bei zwingender Notwendigkeit. [Anlage I Nr. 11]

Abb.: Ausschnitt aus der ADG-Software, Stand: Juli 2017

Da eine Verordnung bei einer manifesten Osteoporose von den Ausnahmen gemäß Anlage I AM-RL erfasst ist, kann das Arzneimittel zulasten der Ersatzkasse abgegeben werden. Im Ersatzkassenvertrag ist bezüglich Verordnungen von OTC-Arzneimitteln für Erwachsene im Übrigen Folgendes geregelt.


§ 4 Abs. 5 Nr. 5 vdek-Arzneiversorgungsvertrag:

„Verordnungen von nicht verschreibungspflichtigen Fertigarzneimitteln, die nicht von der Richtlinie nach § 34 Absatz 1 Satz 2 SGB V erfasst sind, für Versicherte, die das 18. Lebensjahr vollendet haben und die nicht als Sprechstundenbedarf verordnet werden, dürfen nicht zu Lasten der Ersatzkassen beliefert werden, es sei denn, sie sind bei bestimmten Indikationsstellungen verordnungs- und erstattungsfähig.“

Das heißt, die Apotheke darf bei Erwachsenen nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel, die nicht von Anlage I erfasst sind, in der Regel nicht zulasten einer Ersatzkasse abgeben.

Arbeitshilfe: Abgabehinweise im Überblick

Wichtige Hinweise zur Erstattungsfähigkeit finden Apothekenteams auf unserer überarbeiteten 2-seitigen Arbeitshilfe „Abgabe von Calcium/Vitamin-D-Kombinationen“ auf den Seiten 33–34. Auf Seite 1 wird in Form eines Fließschemas die Frage nach der Erstattungsfähigkeit beantwortet und auf Seite 2 wird eine Auswahl an erstattungsfähigen Calcium/Vitamin-D-Kombinationspräparaten mit deren Einteilung in die Packungsgrößenverordnung dargestellt.

	Arbeitshilfe „Abgabe von Calcium/Vitamin-D-Kombinationen“
	www.OTCdialog.de/4052