

## Homocysteinspiegel

Dieser **Laborwert** kann hinweisend sein, um möglichst frühzeitig einen Mangel an Vitamin B6, B12 und Folsäure zu erkennen, bevor die Vitaminspiegel im Serum den Bereich der klinischen Unterversorgung erreichen.

Da ein möglicher Mangel oft auch begünstigt wird, wenn bestimmte Medikamente eingenommen werden und somit schleichend Krankheiten begünstigt werden können, ist hier die vorbeugende (regelmäßige) Laboruntersuchung besonders empfehlenswert. [Siehe unten](#)

### Wichtig vor der Laboruntersuchung:

- der Laborwert soll **nüchtern** untersucht werden
- Vor der Laboruntersuchung sollte mindestens eine Woche lang kein Präparat eingenommen werden, welches Vitamin B6, Vitamin B12 und Folsäure enthält.

### Hinweis für die Praxis

Oft werden Vitamin B6, B12 und Folsäure im Serum untersucht.

Da diese Laborwerte jedoch nur mäßig sensitiv sind, kann oft eine schleichende Unterversorgung – die lange Zeit unbemerkt bleibt – nicht frühzeitig erkannt werden, wie auch in der medizinischen Fachliteratur ausgeführt wird.

Somit können auch mögliche Krankheitsrisiken nicht bewertet werden, die im Rahmen der Naturheilkundemedizin mit natürlichen Substanzen oft mit gutem Ergebnis beeinflusst werden können.

[Fallbeispiel DocCheck](#)

[Deutsches Ärzteblatt](#)

◆ Übersicht mit KI

Die Bestimmung von **Vitamin B6**, **Vitamin B12** und **Folsäure** im Serum ist in der Praxis oft **nur mäßig sensitiv** und erlaubt als isolierter Parameter keine hundertprozentig sichere Diagnose. Subtile oder beginnende Mangelzustände werden häufig übersehen, da die Serumspiegel den Speicherstatus im Gewebe oft nicht akkurat widerspiegeln. © NDR.de +3

[Link](#)

## Welche **Krankheiten** kann ein erhöhter Homocysteinspiegel begünstigen

### [Übersicht mit KI](#)

Ein dauerhaft erhöhter Homocysteinspiegel (Hyperhomocysteinämie) gilt als toxischer Risikofaktor, der vor allem die Blutgefäße schädigt, Entzündungen fördert und oxidativen Stress im Körper auslöst. Dadurch kann er das Risiko für folgende Krankheiten und Beschwerden begünstigen: [\[1, 2, 3, 4\]](#)

- **Herz-Kreislauf-Erkrankungen:** Gefäßschäden begünstigen Arteriosklerose und erhöhen das Risiko für Herzinfarkte und Herzschwäche. [\[1, 2, 3, 4\]](#)
- **Thrombosen und Embolien:** Das Endothel (die innerste Gefäßwand) wird beschädigt, was sowohl arterielle als auch venöse Thrombosen (Blutgerinnsel) auslösen kann. [\[1, 2, 3\]](#)

- **Schlaganfälle:** Durch die Gefäßverengungen und Durchblutungsstörungen steigt das Risiko für einen Schlaganfall deutlich an. [1, 2]
- **Neurologische und psychische Störungen:** Hohe Werte stehen im Verdacht, **Depressionen** zu fördern, und werden mit **kognitiven Leistungsmängeln** sowie **Demenz** (wie Alzheimer) in Verbindung gebracht. [1, 2, 3]
- **Osteoporose:** Ein gestörter Homocysteinstoffwechsel kann den Knochenstoffwechsel negativ beeinflussen und zu Knochenabbau führen. [1, 2, 3]
- **Schwangerschaftskomplikationen:** Erhöhte Werte im Frühstadium der Schwangerschaft können das Risiko für Neuralrohrdefekte (wie den "offenen Rücken") und Fehlgeburten erhöhen. [1, 2, 3, 4]
- **Homocystinurie:** Bei dieser sehr seltenen, angeborenen Stoffwechselkrankheit führt ein massiv erhöhter Homocysteinwert oft schon im Kindesalter zu schweren Folgeerkrankungen. [1] Hinweis: kann durch weiterführende Untersuchung abgeklärt werden

Ist ein hoher Homocysteinspiegel gefährlich?

[Übersicht mit KI](#)

Welche Krankheiten kann ein Mangel an Vitamin B6, B12 und Folsäure begünstigen?

[Übersicht mit KI](#)

### Welche **Medikamente** können den Homocysteinspiegel erhöhen

(weil die Aufnahme / Verwertung von Vitamin B6, B12 und Folsäure vermindert wird)

[Übersicht mit KI](#)

Bestimmte Medikamente können den Homocysteinspiegel im Blut erhöhen.

Dies geschieht meist, indem sie die Aufnahme oder den Stoffwechsel von wichtigen B-Vitaminen (wie Folsäure, Vitamin B12 und Vitamin B6) stören, die für den Abbau von Homocystein zwingend erforderlich sind. [1, 2, 3]

Zu den häufigsten auslösenden Medikamenten zählen:

- **Antiepileptika:** Wirkstoffe wie [Carbamazepin](#), [Phenytoin](#) und Valproinsäure.
- **Magensäurehemmer:** Protonenpumpenhemmer (wie [Omeprazol](#) oder [Pantoprazol](#)) reduzieren die Magensäure und erschweren dadurch die Aufnahme von Vitamin B12.
- **Immunsuppressiva:** Beispielsweise [Methotrexat](#) (wird u.a. bei Rheuma oder Schuppenflechte eingesetzt).
- **Lipidsenker:** Bestimmte **Cholesterinsenker** wie Fibrate (z.B. Fenofibrat) oder Cholestyramin.
- **Parkinson-Mittel:** L-Dopa (Levodopa).
- **Antidiabetika:** Diabetes-Medikamente wie [Metformin](#) (Biguanide). [1, 2, 3, 4, 5]

Hinweis: bei Einnahme dieser Medikamente kann es oft empfehlenswert sein, den Homocysteinspiegel präventiv – also vorbeugend – z.B. einmal jährlich untersuchen zu lassen. Zudem ist zu berücksichtigen, dass hier ggf. Vitamin B12 (am besten in der natürlichen Form **Methylcobalamin**) z.B. über ein Präparat eingenommen wird, dass über die Mundschleimhaut aufgenommen wird.

Übersicht – [Welche Medikamente können welche Nährstoffe beeinflussen](#)  
Nebenwirkungen und Beschwerden sind oft Folge eines Nährstoffmangels

Standard-Medizin greift i.d.R. fast nur auf Fachwissen zu, welches von der Pharmaindustrie als „wissenschaftlich anerkannt“ definiert ist. Zudem werden überwiegend nur Symptome behandelt. KI greift auf gesamtes medizinisches Fachwissen zu. Somit auch auf Naturheilkundemedizin und Mikronährstoffmedizin.

Ziel meines ganzheitlichen Behandlungskonzeptes ist es Ihre Nährstoffversorgung individuell zu optimieren – was heute i.d.R. nur durch Nahrungsmittel nicht mehr möglich ist – und eingeschränkte Stoffwechselprozesse anzuregen um ursächliche Faktoren zu verändern, was oft dazu beitragen kann Beschwerden zu vermindern und Heilungsprozesse zu unterstützen.

*Diese **allgemeinen Informationen sind** für Sie zur Orientierung bestimmt.*

*Diese Information ersetzt keine Behandlung oder medizinische Diagnostik und stellt auch keine Therapieempfehlung dar.*