

**Awareness-Aktion****26. November 2024 – Internationaler Tag des Eisenmangels**

Müdigkeit, Leistungsabnahme, Konzentrationsstörungen, Kurzatmigkeit, Tachykardie, Blässe, Haarausfall, ... Eisenmangel kann sich auf verschiedene Arten äussern. Er stellt ein weitverbreitetes Gesundheitsproblem dar, dessen Schweregrad von einem leichten Mangel bis hin zur Anämie reichen kann. Dabei handelt es sich um eine weltweit häufige Mangelkrankung, die im Gegensatz zu vielen anderen Mangelzuständen auch in Industrieländern verbreitet ist. Als Risikogruppen für eine Unterversorgung gelten Frauen im gebärfähigen Alter, Kinder, chronisch

Kranke, ältere Menschen, Schwangere sowie Vegetarier und Veganer. Ursachen können neben einer unzureichenden Eisenaufnahme auch eine gestörte Eisenverwertung oder ein erhöhter Eisenverlust, etwa durch starken Blutverlust, sein. Insbesondere bei Menschen mit Verdacht auf eine chronische Herzinsuffizienz empfiehlt die Europäische Gesellschaft für Kardiologie die regelmässige Überprüfung des Eisenstatus, da Mangelzustände die Herzfunktion beeinträchtigen können.

Der 26. November, der «Internationale Tag des Eisenmangels», ist der Sensibi-

lisierung für die Bedeutung der Diagnose und Behandlung von Eisenmangel und Eisenmangelanämie gewidmet und soll dazu beitragen, das Bewusstsein für die gesundheitlichen Folgen eines Eisenmangels auch im Publikumsbereich zu schärfen. Der Tag des Eisenmangels wird von mehreren internationalen Organisationen unterstützt, darunter das Heart Failure Policy Network, die European Kidney Health Alliance, Global Heart Hub und Croí the West of Ireland Cardiac Foundation. **red ▲**

Aktuelle Nachricht der Deutschen Diabetesstiftung; [www.takeironseriously.com](http://www.takeironseriously.com)