

Extra vitamine C lijkt niet te helpen bij behandeling ijzergebreksanemie

Door Ferhat Acar, Martine Dam-Rehorst

Gepubliceerd 14 december 2021

Leestijd 2 minuten

In de NHG-Standaard Anemie wordt geadviseerd ferrofumaraat gelijktijdig met vitamine C in te nemen, omdat dit de resorptie van ijzer bevordert door het zure milieu. De auteurs van een recente RCT trekken dit advies in twijfel. Volgens hun onderzoek is er geen verschil in hemoglobinegehalte bij patiënten die wel of geen extra vitamine C krijgen.

Extra vitamine C zou volgens onze richtlijnen de opname van ijzer bevorderen en dus de behandeling van ijzergebreksanemie ten goede komen. In dit onderzoek, voor zover bekend het enige gecontroleerde onderzoek hierover in een universiteitsziekenhuis in Shanghai, is gekeken of vitamine C inderdaad toegevoegde waarde heeft bij de behandeling van ijzergebreksanemie. De onderzoekers randomiseerden tussen 2016 en 2018 440 volwassenen met ijzergebreksanemie. De interventiegroep kreeg ijzersuppletie (3 dd 100 mg/dag) met vitamine C (600 mg/dag) en de controlegroep ijzersuppletie zonder vitamine C.

Beide groepen bevatten 220 patiënten, 97% was vrouw en de gemiddelde leeftijd was 38 jaar. Het gemiddelde hemoglobinegehalte was 8,8 g/dl (5,5 mmol/l); 49% van de deelnemers had milde anemie (> 5,6 mmol/l), 42% matige anemie (3,7-5,6 mmol/l) en 9% ernstige anemie (< 3,7 mmol/l). Er waren geen significante verschillen in kenmerken op baseline. De meest voorkomende oorzaken van anemie waren menorrhagie, hemorroïde bloeding en vegetarisch dieet (respectievelijk 91,3%; 2,1% en 1,6%). Alleen de betrokken artsen waren geblindeerd

voor behandeling, de deelnemers en effectbeoordelaars niet. In beide groepen volbracht 98% van de deelnemers de follow-up van 8 weken. De deelnemers wisselden niet van groep.

De interventiegroep liet na 2 weken een gemiddelde stijging van het hemoglobinegehalte zien van 1,24 mmol/l en de controlegroep 1,14 mmol/l. Het verschil was niet statistisch significant. Ook na 4, 6 en 8 weken was er geen klinisch relevant of significant verschil. Het maximale verschil in voordeel van vitamine C was 0,14 mmol/l op 4 weken. Een belangrijke kanttekening is dat een mogelijke invloed van (verschillen in) voeding niet is meegenomen. Ook wordt een mogelijk effect van vitamine C bij ernstige anemie niet beschreven.

Concluderend: het is mogelijk dat we, op basis van dit onderzoek en toekomstige onderzoeken, geen vitamine C hoeven te adviseren bij de behandeling van ijzergebreksanemie.

Lees meer over het onderzoek [The efficacy and safety of vitamin C for iron supplementation in adult patients with iron deficiency anemia. A Randomized Clinical Trial](#) van N. Li, et al.

Literatuur

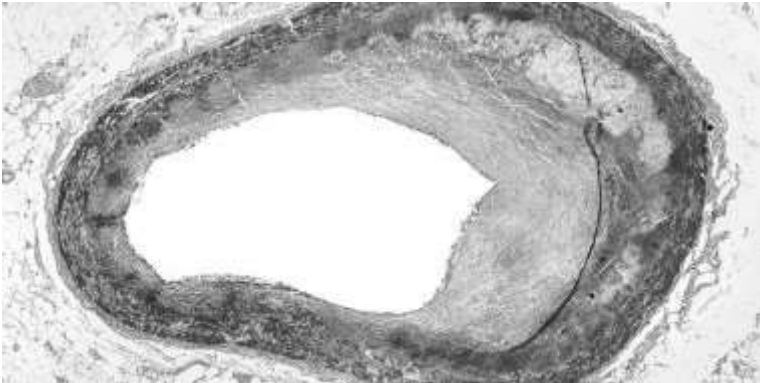
Li N, et al. The efficacy and safety of vitamin C for iron supplementation in adult patients with iron deficiency anemia. A Randomized Clinical Trial. JAMA Netw Open 2020;3:e2023644.

VERDER LEZEN



Onduidelijk effect van diuretica bij enkeloedeem

Het is onduidelijk of diuretica effectief zijn bij enkeloedeem door chronische veneuze insufficiëntie (CVI). De richtlijnen missen daadwerkelijke onderbouwing. De auteurs pleiten voor nader o...



WETENSCHAP

LDL naar 1,8: geen evidence, wel bijwerkingen en belangen

De herziene NHG-Standaard Cardiovasculair risicomanagement (CVRM) deed de afgelopen maanden veel stof opwaaien. Vooral de nieuwe streefwaarde van het LDL-cholesterol heeft geleid tot ee...



Vitamine-B12-tekort zonder anemie behandelen?

Vraagstelling Wij zien steeds vaker patiënten met aspecifieke klachten zoals moeheid die zich afvragen of er sprake is van een vitamine-B12 -tekort. Wanneer een verzoek tot laboratoriumond...