

# **Optimierung der oralen Eisensupplementierung und die Effekte von Eisenstatus, Übergewicht und Schwangerschaft auf Plasma Hcpidin und Eisenabsorption**

## **Projekt: 520**

*Nicole Stoffel, Institute of Food, Nutrition and Health, ETH Zürich, LFV D22  
Human Nutrition Laboratory*

Ich durfte am Internationalen Ernährungskongress in Buenos Aires, Argentinien im Oktober 2017 zwei meiner PhD Projekte präsentieren: ein Projekt in einem Vortrag, das zweite auf einem Poster.

In meinem Vortrag präsentierte ich erste vorläufige Resultate einer noch laufenden Studie mit dem Titel: «Mütterliche Eisenabsorption und Eisentransfer zum Fötus während der Schwangerschaft in normal gewichtigen und übergewichtigen Frauen und der Effekt auf den Eisenstatus des Kindes» Die Eisenbedürfnisse steigen im Verlaufe der Schwangerschaft an. Unsere vorläufigen Daten zeigen, dass übergewichtige schwangere Frauen die Eisenabsorption weniger erhöhen können verglichen zu normalgewichtigen Frauen. Wir haben auch Blutproben von den Neugeborenen genommen, diese müssen jedoch erst noch analysiert werden.

In meinem Poster habe ich die Studie mit dem Titel «Optimierung der Eisenabsorption von Supplementen: ein Vergleich von einmal vs zweimal täglicher Einnahme und von täglicher vs alternierender Einnahme». Unsere Resultate zeigten eine signifikant erhöhte Eisenabsorption, wenn die Supplemente jeden zweiten Tag eingenommen wurden verglichen zur täglichen Einnahme. Diese Studien wurden im Journal Lancet Haematology in 2017 publiziert. Die Studien wurden seither oft zitiert und führen möglicherweise zu Anpassungen der Richtlinien zur Eisensupplementierung. Nach meinem Vortrag wurden mir interessante Fragen gestellt und ich erhielt gute Inputs. Dank meines Vortrages haben mich viele Teilnehmer während der Konferenz erkannt und dies führte zu interessanten Gesprächen.

Die meisten Vorträge am ICN waren von hoher Qualität und es gab eine grosse Auswahl an verschiedenen Themen: Wichtigkeit von verschiedenen Mikronährstoffen bis zur Wichtigkeit von Eisen fürs Gehirn und das Immunsystem.

Es gab auch viele interessante Poster. Ich habe Gruppen kennen gelernt, die auf demselben Gebiet arbeiten, die ich vorher nicht gekannt habe.

Insgesamt habe ich viele interessante Vorträge gesehen und viel gelernt. Ich würde definitiv wieder am ICN teilnehmen.

Ich möchte mich nochmals für die finanzielle Unterstützung bedanken, die mir all diese Eindrücke, das Networking und Erlangen von neuem Wissen ermöglicht hat.