



Vitamin-C-Infusion

Hochdosierte intravenöse Vitamin-C-Therapie

Die hochdosierte Vitamin-C-Infusion ist eine **Selbstzahlerleistung (IGeL)** in unserer Praxis. Diese Information gibt Ihnen einen Überblick über Wirkweise, Anwendungsgebiete und was Sie wissen sollten.

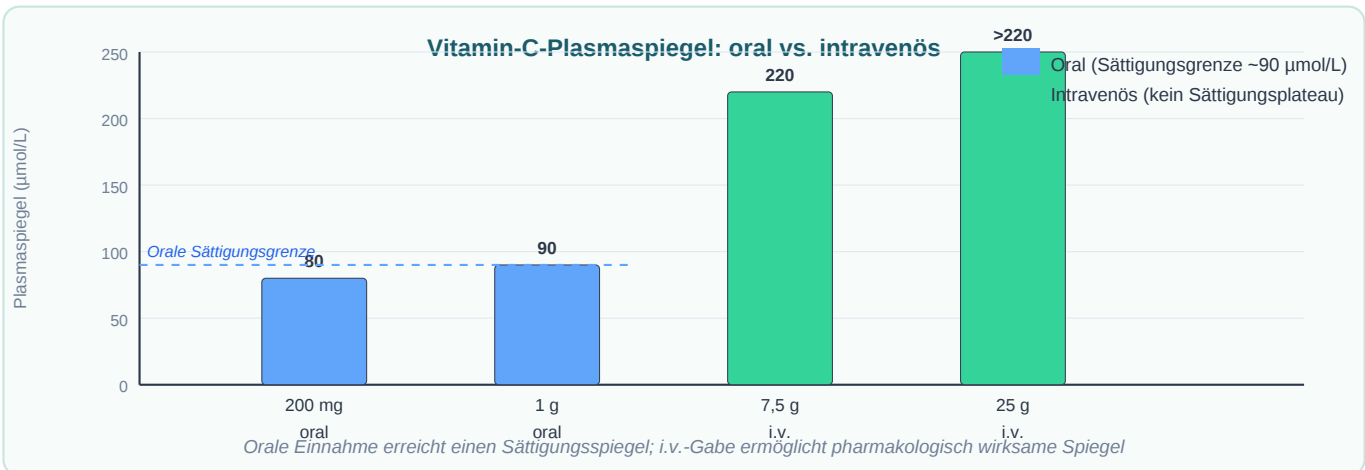
■ Warum intravenös statt oral?

Oral eingenommenes Vitamin C unterliegt einer **intestinalen Sättigungsgrenze**: Ab ca. 200–500 mg/Tag sinkt die Aufnahmerate rapide ab – der Plasmaspiegel bleibt auf maximal ~90 µmol/L begrenzt, unabhängig davon, wie viel eingenommen wird.

Bei **intravenöser (i.v.) Gabe** wird diese Schranke umgangen. Mit 7,5–25 g i.v. werden Plasmaspiegel von 200–500 µmol/L erreicht – Werte, die oral nicht erreichbar sind und als pharmakologisch wirksam gelten (antioxidativ, immunmodulierend, prooxidativ auf geschädigte Zellen in hoher Dosis).

✓ Anwendungsgebiete in unserer Praxis

Indikation	Rationale	Evidenz
Akute Infekte (Erkältung, Grippe)	Erhöhter Vitamin-C-Verbrauch bei Infektion; unterstützt Immunabwehr (neutrophile Granulozyten, NK-Zellen, Interferon)	Gut; verkürzt Dauer bei bestehenden Infekten
Immunstärkung (Prävention)	Regelmässige Infusionen in Erkältungs-/Stresssaison; erhöhter Bedarf bei chronischem Stress, Rauchen, Leistungssport	Moderat; individuell wirksam
Asthma bronchiale	Antioxidative Wirkung in Atemwegen; Reduktion von Histaminfreisetzung; Mastzellstabilisierung; Bronchospasmus-Prophylaxe bei Belastungsasthma	Positiv; adjuvant zur Standardtherapie
Chronische Müdigkeit / Burnout	Vitamin C als Cofaktor der Carnitin-Synthese und Nebennierenfunktion; hoher Verbrauch bei anhaltendem Stress	Klinische Erfahrung; supportiv
Wundheilung & Postoperativ	Essenzieller Cofaktor der Kollagensynthese; reduziert oxidativen Stress nach OP oder Trauma	Gut; chirurgische Studien positiv
Begleitend bei Chemotherapie	Adjuvant zur onkologischen Therapie: Reduktion Fatigue und Nebenwirkungen (nur in Absprache mit Onkologie)	Zunehmend belegt; immer interdisziplinär
Long COVID / Post-Infekt	Oxidativer Stress und Mitochondriendysfunktion nach COVID-19; Vitamin C unterstützt zelluläre Erholung	Emerging evidence; supportiv



■ Durchführung in unserer Praxis

Schritt	Details
Online-Formular (vorab)	Sie erhalten vor dem Termin ein digitales Patientenformular mit Aufklärung und Fragebogen zu Kontraindikationen – bitte vollständig ausfüllen
Anmeldung & Termin	Infusionstermin in unserer Praxis; kein separates Arztgespräch notwendig, Rückfragen klären wir gerne vor Ort
G6PD-Test (bei Erstinfusion)	Bei der ersten hochdosierten Infusion (ab 10 g) empfehlen wir einen G6PD-Schnelltest – Pflichtausschluss für Hämolyserisiko; IGeL-Leistung
Dosierung	Standard: 7,5 g in 250 ml NaCl 0,9 % über 30–45 Min.; bei Bedarf bis 25 g (längere Laufzeit)
Häufigkeit	Akut: 1–3 Infusionen im Abstand von 2–3 Tagen; Prophylaxe/Immunstärkung: 1× pro Woche oder monatlich
Nach der Infusion	15 Min. Nachbeobachtung in der Praxis; ausreichend trinken; kein intensiver Sport direkt im Anschluss

■ Kontraindikationen & Vorsicht

- **G6PD-Mangel** – absolut kontraindiziert (Hämolyserisiko)
- **Oxalat-Nephrolithiasis** (Nierensteine) – Vorsicht, Oxalatbelastung
- **Niereninsuffizienz** (GFR <30) – erhöhtes Oxalatrisko
- **Eisenspeichererkrankungen** (Hämochromatose) – Vit. C erhöht Eisenresorption

- **Schwangerschaft** – nur nach Rücksprache
- **Gleichzeitige Chemotherapie** – nur in Absprache mit Onkologie
- **Antikoagulation** (Marcumar) – INR-Kontrolle empfohlen
- **Diabetiker:** Vitamin C kann Blutzucker-Messstreifen verfälschen

■ Verträglichkeit & Nebenwirkungen

Hochdosiertes Vitamin C i.v. ist bei sachgerechter Anwendung **gut verträglich**. Mögliche Reaktionen während oder nach der Infusion:

Leichtes Brennen an der Einstichstelle, Kribbeln (bei zu schneller Infusion), Blähungen oder weiche Stühle am Folgetag (osmotischer Effekt), selten Kopfschmerzen oder Schwindel.

Maßnahme: Infusionsgeschwindigkeit reduzieren, ausreichend trinken. Schwere Nebenwirkungen sind bei G6PD-Ausschluss sehr selten.



■ Vitamin C im Überblick – Wirkungen

Wirkung	Mechanismus
Antioxidativ	Neutralisiert freie Radikale (ROS); schützt Zellmembranen, DNA und Proteine vor oxidativem Schaden
Immunmodulierend	Stimuliert Produktion und Funktion von Leukozyten, NK-Zellen, T-Lymphozyten; fördert Interferon-Synthese
Kollagensynthese	Cofaktor der Hydroxylierung von Prolin und Lysin – essenziell für Wundheilung, Gefäße, Haut, Knorpel
Nebennieren- unterstützung	Hohe Vitamin-C-Konzentration in Nebennierenrinde; Cofaktor der Cortisol- und Adrenalin-Synthese bei Stress
Histamin-Abbau	Fördert enzymatischen Histaminabbau; relevant bei Asthma, Allergien, Histaminintoleranz
Prooxidativ (hohe Dosis)	Bei Spiegel >200 µmol/L: selektive Peroxidbildung in Tumorzellen (niedrige Katalase); adjuvant-onkologisch genutzt

Hinweis zur Evidenz: Vitamin-C-Infusionen werden in der komplementären und orthomolekularen Medizin breit eingesetzt. Die Studienlage ist für einzelne Indikationen gut (Infektionen, Wundheilung, adjuvant-onkologisch), für andere noch im Aufbau. Die Therapie ersetzt keine Standardmedikation, sondern ergänzt sie. Sprechen Sie uns an – wir beraten Sie individuell.

■ Kosten & Hinweise

Die Vitamin-C-Infusion ist eine **Individuelle Gesundheitsleistung (IGeL)** und wird **nicht von der gesetzlichen Krankenversicherung übernommen**.

Kosten pro Infusion (7,5 g): nach GOÄ inkl. Verbrauchsmaterial; genaue Abrechnung nach Aufwand und Dosierung.

Vor Therapiebeginn erhalten Sie eine schriftliche Kostenaufstellung gemäß IGeL-Transparenzgebot.

■ Wann sofort Bescheid geben?

Während oder nach der Infusion sofort melden bei:

- Starkem Herzrasen, Schwindel oder Atemnot während der Infusion
- Starken Schmerzen oder Schwellung an der Einstichstelle (Paravasat)
- Dunklem Urin oder Flankenschmerzen nach der Infusion (Nierenzeichen)
- Bekanntem oder vermutetem G6PD-Mangel – bitte vor Termin mitteilen

Termin & Kontakt

Hausärzte Langen

Dr. Jan-Ove Sanders

Facharzt für Allgemeinmedizin

Vitamin-C-Infusionen nach Voranmeldung.

Bitte informieren Sie uns vorab über Vorerkrankungen, Medikamente und Nierensteine.