



Deutsche Gesellschaft für Nährstoffmedizin
und Prävention (DGNP) e. V.

Vitalstoffe verbessern körperliche Entwicklung im Schulkindalter

Vitalstoffe sind wichtig für die körperliche Entwicklung und das Wachstum von Kindern. Eine Studie an Schulkindern konnte nun zeigen, dass Zink und weitere wichtige Vitalstoffe das Wachstum der Kinder verbesserten. In einer randomisierten und placebokontrollierten Interventionsstudie erhielten 140 Schul Kinder im Alter zwischen 4 - 13 Jahren an fünf Tagen der Woche entweder ein Vitalstoffpräparat mit Zink und sieben Vitaminen oder ein Placebo. Die Kinder nahmen die Präparate für einen Zeitraum von sechs Monaten ein.

Ergebnisse

Es zeigte sich, dass Kinder die ein Vitalstoffpräparat eingenommen hatten, ein signifikant besseres Größenwachstum aufwiesen als Kinder der Placebogruppe (4,9 +/- 1,3 cm vs. 3,6 +/- 0,9 cm, $P < 0,001$). Der Effekt war unabhängig von der Ausgangsgröße und machte sich besonders deutlich ab dem 3. Monat der Einnahme bemerkbar.

Zusammenfassung

Vitalstoffe können das Größenwachstum von Kindern unterstützen.

Rerksuppaphol S, Rerksuppaphol L.

Effect of zinc plus multivitamin supplementation on growth of school children.

Pediatr Int. 2015 April