TORRE
Die natürlich-Apotheken

Kompetenzboard

Titel: Glucosamin und mögliches Demenzrisiko

Fallnummer: 55

Datum: 12.11.2026

Anfrage:

In aktuellen Beiträgen wurde darüber berichtet, dass die Einnahme von **Glucosamin das Demenzrisiko erhöhen könnte**. Ein entsprechender Hinweis war zunächst in einem Online-Magazin und später auch in einem pharmazeutischen Fachmedium zu lesen.

Es stellt sich deshalb die Frage, wie ernst dieser Hinweis auf Grundlage der aktuellen Datenlage zu nehmen ist und ob daraus Konsequenzen für die Beratung bzw. für glucosaminhaltige Knorpelpräparate abgeleitet werden sollten. Angeregt wurde insbesondere die Entwicklung eines **Knorpelpräparates ohne Glucosamin**.

Antwort:

Hier die Antwort unseres pharmazeutischen Teams:

Eine ergänzende fachliche Einschätzung des Herstellers wurde ebenfalls angefordert. Für diese klicken Sie hier.

Das Thema Glucosamin wird auf Grundlage der aktuell vorliegenden Studien und wissenschaftlichen Arbeiten wie folgt eingeordnet:

Nach aktueller Studienlage ist eine **generelle Erhöhung des Demenzrisikos durch Glucosamin nicht belegt**. Die derzeit diskutierte Arbeit der University of Florida beschreibt vor allem bei Personen mit bereits bestehender **leichter kognitiver Beeinträchtigung oder früher Demenz** einen möglichen Zusammenhang mit einer schnelleren Progression. Daraus lässt sich jedoch keine allgemeine Risikoerhöhung für die Gesamtbevölkerung ableiten.

Demgegenüber zeigen mehrere große prospektive Humanstudien in der Allgemeinbevölkerung überwiegend **neutrale bis eher protektive Assoziationen** zwischen regelmäßiger Glucosamin-Einnahme und dem Auftreten von Demenz. Besonders für die **vaskuläre Demenz** wurden in mehreren Analysen niedrigere Risiken beobachtet, während für die **Alzheimer-Demenz** teilweise kein signifikanter Zusammenhang und teilweise ein leicht vermindertes Risiko berichtet wurde.

Die neue Studie ist deshalb als **wichtiger Sicherheitshinweis für bereits kognitiv vorerkrankte Risikogruppen**einzuordnen, nicht jedoch als Beleg für eine generelle Demenzgefährdung durch Glucosamin.

Für die Beratung erscheint es derzeit angemessen, bei bekannter **MCI (Mild Cognitive Impairment)** oder früher Demenz besondere Vorsicht walten zu lassen und eine Einnahme ärztlich abzustimmen. Für kognitiv unauffällige Erwachsene ergibt sich aus der aktuellen Gesamtevidenz keine belastbare Grundlage, Glucosamin pauschal als demenzfördernd zu bewerten.

Die zugrunde liegenden Medienberichte reichen daher derzeit **nicht aus, um daraus eine allgemeine Beratungsleitlinie oder die grundsätzliche Empfehlung gegen glucosaminhaltige Präparate abzuleiten**.

Hinweis: Unsere Empfehlungen basieren auf bestem Wissen und Gewissen sowie auf den Inhalten der regulationspharmazeutischen Ausbildung bei TORRE. Sie dienen der Unterstützung Ihrer pharmazeutischen Beratung und ersetzen keine ärztliche Diagnose oder Therapie. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben keine Haftung für die Umsetzung übernehmen können.