

Bei Autoimmunerkrankungen auf Vitamin D achten

BERLIN – Draußen dunkel, innen Kunstlicht: Der Winter macht es dem Organismus schwer, ausreichend Vitamin D zu produzieren. Experten gehen davon aus, dass jeder zweite Mensch in Deutschland nur mangelhaft mit dem lebenswichtigen Stoff versorgt ist. Dabei stärkt er nicht nur die Knochen. Studien weisen darauf hin, dass Vitamin D auch Autoimmunerkrankungen lindern kann. Ein Bluttest zeigt, ob der Organismus ausreichend mit Vitamin D versorgt ist, so das IPF.

Vitamin D beeinflusst Immunsystem

Vitamin D gehört zu den wenigen Vitalstoffen, die der Körper mittels UV-Strahlung als Vitamin D3 selbst herstellen kann. Die Produktion beginnt in der Haut, seine Vorstufe gelangt anschließend über den Blutstrom zur Leber. Es kann alle Zellen des Immunsystems beeinflussen und hemmt entzündliche Körperprozesse. Rheumatologen gehen zunehmend davon aus, dass Vitamin D daher auch gegen entzündlich-rheumatische Erkrankungen wirkt. Studien bestätigen, dass bei Rheuma-Patienten häufig ein Vitamin D-Mangel vorliegt.

Behandlung ist Arztsache

Um den Vitamin D-Spiegel des Körpers festzustellen, misst der Arzt den 25-Hydroxycholecalciferol-Wert (25-OH-VitD) im Blut. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten für diesen Test, wenn der Arzt den Zusammenhang einer Erkrankung mit dem Vitamin D-Mangel vermutet. Die Behandlung mit Vitamin D-Präparaten sollte immer ein Arzt übernehmen. Er wird individuell abwägen, ob und wie viel zusätzliches Vitamin D dem Organismus hilft. Wer unkontrolliert zu viel des Guten einnimmt, erreicht womöglich das Gegenteil. Studien weisen auch darauf hin, dass hohe Vitamin D-Dosen das Risiko etwa für rheumatoide Arthritis erhöhen können.

Weitere Informationen zur Diagnostik von Autoimmunerkrankungen enthält das IPF-Faltblatt „Autoimmunerkrankungen“. Es kann kostenlos unter www.vorsorge-online.de heruntergeladen werden. Wer keinen Internetanschluss hat, kann das Faltblatt auch schriftlich bestellen beim IPF-Versandservice, Postfach 27 58, 63563 Gelnhausen. Dabei unbedingt den Titel des IPF-Faltblatts angeben, Namen und vollständige Adresse.

Das Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über 15 Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Faltblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Diese Veröffentlichungen können kostenlos angefordert werden. Das IPF wird vom Verband der Diagnostica-Industrie (VDGH) unterstützt. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet, dem erfahrene Ärzte angehören. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vorsorge-online.de

AUSGABEDATUM

18.01.2016

RÜCKFRAGEN AN

Julia Valtwies

Redaktionsleiterin

T 030-200 599 48

presse@vorsorge-online.de

www.vorsorge-online.de

twitter.com/vorsorgeonline