



Vitamin-D-Mangel ist in Deutschland verbreitet – Erhöhte Sterblichkeit bei nicht ausreichender Versorgung

Von Navitum

Erstellt am 17 Jul 2013 - 11:26

Wir Deutsche haben zu wenig Vitamin D im Blut. Für die breite Mehrheit der Bevölkerung ist Vitamin D zur Mangelware geworden. Diese Erkenntnis kann aus wissenschaftlicher Sicht heute nicht mehr bezweifelt werden. Sehr umfangreiche Untersuchungen zeigen dass etwa 9 von 10 Menschen in Deutschland nicht ausreichend mit dem lebenswichtigen Vitamin D versorgt sind. Das kann schwerwiegend gesundheitliche Folgen haben. Nach aktuellen Studien aus Deutschland und Finnland kann eine Minderversorgung mit Vitamin D die Sterblichkeit erhöhen.

Aktuelle Forschungen zeigen, dass die Liste der durch eine Minderversorgung mit Vitamin D begünstigten oder verursachten Erkrankungen immer länger wird. So ist es schon lange nicht mehr nur der weit verbreitete Knochenschwund (Osteoporose), der auf der Liste steht. Neuerdings sind hinzugekommen: Herzinfarkt, bestimmte Krebserkrankungen, Diabetes, Rheuma, Alzheimer und einige mehr. So ist es nicht weiter verwunderlich, dass in Studien aus Deutschland und Finnland jetzt herausgefunden wurde, dass zu wenig Vitamin D im Blut auch die Lebenserwartung verkürzen kann. Es lohnt sich also auf eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D zu achten. Die Studie aus Deutschland wurde von Wissenschaftlern des Deutschen Krebsforschungszentrums an etwa 10.000 Saarländern durchgeführt und hat gezeigt, dass eine Minderversorgung mit Vitamin D mit einer deutlich erhöhten Sterblichkeitsrate verknüpft ist. Todesursachen bei niedrigen Vitamin-D-Spiegeln im Blut sind insbesondere Erkrankungen der Atemwege, Herz-Kreislauferkrankungen und Krebs. Leider reicht in Deutschland die Versorgung mit Vitamin D aus natürlichen Quellen und der Eigenproduktion in der Haut nicht aus, um die Bevölkerung ausreichend mit Vitamin D zu versorgen. Bleibt also nur die ergänzende Einnahme des Vitalstoffes. Das macht auch deshalb schon viel Sinn, weil es in breiten Teilen der Bevölkerung zusätzlich auch noch am Mineralstoff Calcium mangelt, der zusammen mit Vitamin D für den Aufbau und Erhalt starker Knochen notwendig ist. Es ist daher empfehlenswert, Vitamin D und Calcium gemeinsam in einer Tablette zu verzehren, um die negativen Effekte der Minderversorgung auszugleichen. Dafür stehen OsteoVitam® Tabletten zur Verfügung. Pro Tablette sind 5µg (200IU) Vitamin D3 und 600mg Calcium enthalten. Im Allgemeinen wird die Einnahme von morgens und abends je einer Tablette empfohlen. Durch die praktische Teilungsrille in der Tablette kann jeder die Einnahme seinen individuellen Bedürfnissen anpassen. Im Zweifel ist eine Bestimmung des Vitamin-D-Spiegels zu empfehlen. OsteoVitam® Tabletten können über Apotheken, über Amazon http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1 [1] oder direkt bei der Firma versandkostenfrei bezogen werden. Günstige Packungen für 3 und 6 Monate sind im Handel.

Quelle: Virtanen JK, et al. Eur J Nutr. 2010 Oct 26. [Epub ahead of print]; Schöttker, B. et al. Am J Clin Nutr April 2013 vol. 97 no. 4 782-793

Navitum Pharma GmbH

Tel: 0611-58939458

FAX: 0611-18843741

E-Mail: bestellung@navitum.de [2]

Web: www.navitum-pharma.com [3]

facebook: <http://facebook.de/navitum> [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:23): <http://medkom24.eu/node/17927>



Links:

[1] http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1

[2] <mailto:bestellung@navitum.de>

[3] <http://www.navitum-pharma.com>

[4] <http://facebook.de/navitum>