

# Vitamin D

## Neigt sich der Hype dem Ende

Seit Jahren hat sich eine Diskussion um eine positive Wirkung des Vitamin D vor allem in der Laienpresse verbreitet. So wird Vitamin D als Wunderwaffe gegen Bluthochdruck, Demenz, Tumorerkrankungen und Infektionen gesehen.

Prof. Dr. med. Martin, Fastnacht der Universität Würzburg hat sich dankenswerter Weise diesem Thema gewidmet und auf dem allgemeinmedizinischen Update in Wien (4/16) aktuelle Daten hierzu vorgestellt.

### Wie hoch soll der Vitamin D Spiegel sein?

Schon hierauf gibt es keine verlässlichen Daten. Ein schwerer Mangel an Vitamin D liegt bei Werten unter 8 ng/ml (< 20 nmol/l) 25-OH-Vitamin D vor, Werte unter 20 ng/ml (50nmol/l) werden als Defizit bezeichnet. Allein das 25.OH Vitamin D sollte zur Beurteilung herangezogen werden, da alle Vorstufen instabil und inkonstant sind, und somit keine Relevanz haben.

### Wie sieht die Studienlage aus?

#### a) Vit.D und Krebs

Es gibt 2 Studien die eine Assoziation zwischen niedrigem Vit.D Spiegel und schlechter Prognose bei Lymphknotenkrebs nahelegen. In weiteren Studien finden sich hier keinerlei Zusammenhänge.

Hier wird gerade eine sehr große Studie durchgeführt, deren Ergebnisse 2017 zu erwarten sind

#### b) Vit. D und Herz Kreislauf

Es gibt eine Vielzahl von aussagekräftigen Studien, die zeigen, dass Vit.D keinerlei Einfluss auf Herz Kreislauferkrankungen hat.

#### c) Vit.D und Knochengesundheit

Frauen ohne Osteoporose mit niedrigem Vitamin D Spiegel haben **keinen** Vorteil nach Behandlung mit Vitamin D, die Knochendichte steigt nicht an.

#### d) Vitamin D für die Normalbevölkerung

Basierend auf den vorhandenen Daten spricht sich die US Preventive Service Task Force ganz eindeutig gegen ein Vitamin D Screening der Bevölkerung aus.

Da wir weder wissen ob ein Vitamin D Screening nutzt oder schadet, Laborwerte zur Zeit nicht standardisiert sind und damit kaum zu interpretieren sind, werden wir keine Vitamin D Spiegel bestimmen.

Derzeit laufen große Outcome Studien zu dieser Frage, sollten hier positive Effekte einer Vitamin D Bestimmung herauskommen, werden wir diese Haltung selbstverständlich überdenken.

Da wir auf dem Boden der Wissenschaft handeln und unsere Therapieempfehlungen hieraus erfolgen, haben Sie hierfür sicher Verständnis.

Dr.J.Maier

Dr.B.Lukas