

# Vitamin D

**Prof. Dr. med. Johann-Diederich Ringe**

Liebe Leserinnen und Leser,

das Interesse an Vitamin D<sub>3</sub> (Colecalciferol) ist in den letzten Jahren exponentiell angestiegen. Es gibt zunehmend Hinweise und Publikationen in Fach- und Laienpresse, dass Vitamin D – nicht wie langfristig angenommen – lediglich für den Calciumphosphatstoffwechsel und die Knochengesundheit wichtig sei, sondern offenbar in vielen anderen Geweben und Organen des menschlichen Körpers bedeutende Wirkungen erzeuge. Daraus ergab sich die Hoffnung, dass womöglich das Manifestationsrisiko zahlreicher, im Laufe des Lebens zunehmend häufiger auftretender, wichtiger Volkskrankheiten gesenkt werden könne, wenn konsequent über viele Jahre eine „optimale Vitamin-D-Versorgung“ gewährleistet wäre.

Genauso hoch wie das Interesse an Vitamin D ist die Unsicherheit bezüglich der Dosierung. Zweifel am Nutzen einer ausreichenden Vitamin-D-Zufuhr werden außerdem durch widersprüchliche Studienergebnisse verstärkt: die aus Beobachtungsstudien gefolgerten Effekte auf die verschiedensten Erkrankungen konnten in anschließend durchgeführten Interventionsstudien meist nicht bestätigt werden. Hat Vitamin D tatsächlich einen so großen Einfluss auf viele Erkrankungen oder sind es eher Lebensumstände, die mit höherem Vitamin-D-Spiegel einhergehen, die schlussendlich auch das Erkrankungsrisiko reduzieren?

Das vorliegende Themenheft soll Ihnen eine praxisrelevante Hilfestellung bezüglich der sicher auch gesundheitspolitisch sehr interessanten Substanz Vitamin D geben.

Prof. Johann-Diederich Ringe

<b>1 Geschichte des Vitamin D</b>	Seite 4
<b>2 Bedeutung des Vitamin D</b>	Seite 5
<b>3 Vitamin-D-Speicherung und Stoffwechsel</b>	Seite 9
<b>4 Normwerte, Vitamin-D-Status und Messungen</b>	Seite 11
<b>5 Diagnose Vitamin-D-Mangel</b>	Seite 15
<b>6 Prävention und Therapie</b>	Seite 16
<b>7 Zusammenfassung</b>	Seite 19
<b>8 Literatur</b>	Seite 20