Vitamin D

Vitamin D-Mangel (25-OH-Vitamin D) ist die **häufigste Hypovitaminose in Mitteleuropa**: über 50 Prozent der 50jährigen sind betroffen ausgehend von einer **wünschenswerten 25-OH-Vitamin D-Konzentration von 30 bis 60 ng/ml.**

Vitamin D (besser: D-Hormon) wird nur zu einem geringen Anteil über die **Nahrung** (**10 Prozent**) aufgenommen. **90 Prozent** wird durch **UV-Strahlung** in der Haut aus endogenen Präkursoren gebildet. Mit der Nahrung aufgenommenes und in der Haut gebildetes Vitamin D wird in der Leber zu **25-OH-Vitamin D** hydroxyliert; eine weitere Hydroxylierung zu **1,25-OH Vitamin D** findet in der Niere statt. Eine Sonnenexposition des Gesichts und der Arme von ca. 30 Minuten täglich genügt bei hellhäutigen Menschen, um einen Vitamin-D-Mangel zu vermeiden, was jedoch in der dunklen Jahreszeit, bei stärker pigmentierten Menschen, durch Verwendung von Sonnenschutzmittel und Kleidung, die Gesicht und Hände bedeckt, oft nicht erreicht wird.
Vitamin D spielt eine wesentliche Rolle in der **Kalzium-Homöostase**. Jedoch findet man **Vitamin D-Rezeptoren** nicht nur im Knochen, sondern **in fast allen Organen**. Neueren Studien zufolge hat ein ausreichender Vitamin D-Spiegel weit mehr **positive Effekte** als allein die Senkung der Frakturrate in der Osteoporose-Prävention:

- Geringeres Sturzrisiko und Verbesserung der Gangsicherheit bei älteren Menschen (Vitamin D-Hormonrezeptoren in den Skelettmuskelzellen)
- Tumorprävention (Colon-, Mamma-, Pankreas-Karzinom u.a.)
- Verminderung des Risikos für Diabetes mellitus (Typ 1 und Typ 2)
- Stärkung des Immunsystems: Bildung des antibakteriell wirkenden Cathelicidins in der Zelle („TBC-Blocker“, bessere Wundheilung, geringere Infektneigung)
- **Positive Effekte** bei: Herzinsuffizienz, Hypertonie, kardiovaskulärem Risiko, Rheumatoider Arthritis, Zahnfleischbluten, unspezifischen Muskel- und Knochenschmerzen, Multipler Sklerose, Resorption von Magnesium, Vitamin A, Vitamin C, Eisen und ungesättigten Fettsäuren, Gewichtsreduktion, Demenz-Prävention, bessere Erfolge für die Interferon-Ribavirin-Therapie bei Hepatitis C, Testosteronmangel, IVF, Schwangerschaft (Präeklampsie-Vorbeugung)

Therapie-Empfehlung: 800-2000 I.E. Vitamin D /Tag; 400 I.E. auch für Kinder über zwei Jahre und für Jugendliche.

25-(OH)-Vitamin D

Indikation: Verdacht auf Vitamin D-Mangel bei u.a.:
- Sonnenlichtmangel (v.a. Nov. - April), längerem Krankenhausaufenthalt
- Störungen des Kalziumstoffwechsels
- Osteoporose oder Verdacht auf Osteoporose

Anforderung:	25-(OH)-Vitamin		
Material:	1 ml Serum, gekühlt		
Abrechnung:	GOÄ 1,15 (Privat):	32,18 €*	GOP 4138
	GOÄ 1,0 (IGeL):	18,65 €	GOP 4138
	EBM:		GOP 32413

DAkkS Deutsche Akkreditierungsstelle D-PL-13149-01-00 D-ML-13149-01-00

synlab MVZ Labor München Zentrum ♦ Schwanthalerstraße 115 ♦ 80339 München
Telefon: +49 89 54 308 - 0 ♦ Fax: +49 89 54 308 - 337
E-Mail: muenchen.zentrum@synlab.com ♦ Internet: www.labor-muenchen-zentrum.de

1,25-(OH)-Vitamin D

Indikation:

- Drug-Monitoring bei terminaler Niereninsuffizienz - Substitution des aktiven Vitamin D
- Hyperkalziämie: erhöhte 1,25-(OH)-Vitamin D-Werte bei Sarkoidose, TBC, Wegnersche Granulomatose, M. Hodgkin
- Unklare Hypokalziämie: niedrige 1,25-(OH)-Vitamin D-Werte bei Hypoparathyreoidismus oder als Folge eines seltenen Vitamin-D-1alpha-Hydroxylase-Mangels bzw. erhöhte Werte als Folge eines Vitamin-D-Rezeptordefekts

Anforderung:	1,25-(OH)-Vitamin D3			
Material:	1 ml Serum			
Abrechnung:	GOÄ 1,15 (Privat):	33,52 €*	GOP 4139	
	GOÄ 1,0 (IGeL):	29,15 €	GOP 4139	
	EBM:		GOP 32421	*zzgl. einmalige Auslagen nach § der GOÄ

Ansprechpartner:	Herr Dr. med. Dipl-Biol. I. Paripovic	Telefon: 089 54308-0

synlab MVZ Labor München Zentrum ♦ Schwanthalerstraße 115 ♦ 80339 München
Telefon: +49 89 54 308 - 0 ♦ Fax: +49 89 54 308 - 337
E-Mail: muenchen.zentrum@synlab.com ♦ Internet: www.labor-muenchen-zentrum.de