



**Deutsche Gesellschaft
für Innere Medizin e.V. ®**

123. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin e. V.
29. April bis 2. Mai 2017, Congress Center Rosengarten in Mannheim

Vitamin D hilft nicht nur den Knochen

DGIM weist auf positive Wirkungen des Vitamins für Diabetiker hin

Wiesbaden/Mannheim April 2017 – Viele Jahre lang war Vitamin D nur für seine Wirkungen auf das Skelett und den Kalzium-Haushalt bekannt – immerhin wurde es vor rund 100 Jahren als Heilmittel gegen die schweren Skelettdeformationen der Rachitis entdeckt. Mittlerweile kennt die Wissenschaft jedoch viele weitere positive Eigenschaften des Vitamins. So greift es regulierend in Immunprozesse ein, steuert Zellwachstum und -differenzierung und beeinflusst den Zuckerhaushalt. Welche Rolle Vitamin D künftig in der Diabetes-Therapie spielen kann, diskutieren Experten der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin e.V. (DGIM) bei der Vorab-Pressiskonferenz anlässlich des 123. Internistenkongresses am 27. April in Mannheim.

Im Gegensatz zu anderen Vitaminen nehmen wir Vitamin D nicht hauptsächlich mit der Nahrung auf, sondern können – und müssen – es auch selbst herstellen. Allerdings benötigen wir hierzu das UV-Licht der Sonne, denn nur unter seinem Einfluss kann die Haut das wertvolle Vitamin produzieren. In den Wintermonaten reicht die Sonneneinstrahlung jedoch nicht aus, und auch im Sommer gehen viele Menschen nicht genug ins Freie oder schirmen das UV-Licht durch Kleidung und Sonnenschutz fast vollständig ab. Daher leiden viele Menschen unter einem Vitamin D-Mangel, ohne es überhaupt zu bemerken.

Besonders gravierend kann dies für Menschen mit einem Diabetes mellitus sein, wie Professor Dr. Klaus Badenhoop von der Medizinischen Klinik 1 der Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt betont. „Bei einem Diabetes mellitus läuft der Abbau der Knochenmasse, der jeden Menschen ab dem frühen Erwachsenenalter betrifft, deutlich schneller ab“, sagt der erfahrene Internist. Ein ausreichender Vitamin D-Spiegel könne dem entgegenwirken und so die Gefahr von Osteoporose und Knochenbrüchen senken. Vitamin D kann außerdem die Produktion und Sekretion von Insulin in der Bauchspeicheldrüse verbessern und die Wirkung des Hormons an den Muskeln erhöhen. So trägt das Vitamin unmittelbar zur Regulation des Blutzuckerspiegels bei.



Aus wissenschaftlichen Studien ist inzwischen bekannt, wie wichtig eine gute Versorgung mit Vitamin D auch für andere Körperfunktionen ist: Sie verringert die Anfälligkeit für Infektionskrankheiten, das Sturzrisiko und das Risiko für psychische Störungen wie Angstzustände oder eine Depression. „Rezeptoren für Vitamin D finden sich in fast allen Zellen des menschlichen Körpers“, erklärt Internist Badenhoop das große Wirkspektrum des Vitamins.

Die Erkenntnis, dass Vitamin D ein physiologisches Multitalent ist, hat auch dazu geführt, dass die Empfehlungen für eine ausreichende Versorgung neu überdacht wurden. Lange Zeit galt erst ein Serumspiegel von unter 10 ng/ml als Vitamin D-Mangel und Werte über 20 ng/ml als ausreichend. Heute nimmt man an, dass optimale Werte zwischen 30 und 50 ng/ml liegen. Diesen Serumspiegel zu erreichen, ist zumindest in den Wintermonaten schwierig – hierfür müsste man große Mengen fetthaltigen Fisch, Rinderleber, Eigelb oder Pilze zu sich nehmen. Menschen, die ein Risiko für einen Vitamin D-Mangel tragen (chronisch Kranke, Ältere, ohne ausreichend Sonnenexposition, mit Malabsorption oder einer Osteoporosegefährdung u.a.), sollten daher mit ihrem Arzt über die Einnahme eines Vitamin D-Präparates sprechen.

Über die Rolle von Vitamin D in der Diabetestherapie wird Professor Dr. Klaus Badenhoop auch auf der Pressekonferenz im Vorfeld des 123. Internistenkongresses sprechen, die am 26. April 2017 von 11:00 bis 12:00 Uhr im Dorint Kongresshotel Mannheim stattfinden wird.

Terminhinweise:

123. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin e. V. (DGIM)

Termin: 29. April bis 2. Mai 2017

Ort: Congress Center Rosengarten Mannheim, Rosengartenplatz 2, 68161 Mannheim

123. Internistenkongress – eine Übersicht über alle Pressekonferenzen finden Interessierte [hier](#).



**Deutsche Gesellschaft
für Innere Medizin e.V. ®**

Pressekontakt für Rückfragen:

Deutsche Gesellschaft für Innere Medizin (DGIM)

Pressestelle

Janina Wetzstein

Postfach 30 11 20

70451 Stuttgart

Tel.: 0711 8931-457

Fax: 0711 8931-167

wetzstein@medizinkommunikation.org

www.dgim.de