



0 Produkte EUR 0,00

- Home
- Produkte
- Abo
- Aussendung
- Hightech
- Business
- Medien
- Leben
- Adhoc

Registrieren [Passwort vergessen?](#)

Alle Länder

97.032 Abonnenten | 118.410 Meldungen | 38.738 Pressefotos

Weitere Meldungen

[Sonne hält den Menschen gesund](#)

[Sonne schützt vor Krebs](#)

[Mozart starb infolge von Vitamin D-Mangel](#)

[Blasse Hautfarbe deutet auf zu wenig Vitamin D](#)

Sponsored Links

[Sie haben die Webseite Wir haben die Inhalte](#)

[Die besten Verkäufer finden und halten - Das Tagesseminar 2012](#)

IR Nachrichten

06.02.2012 17:40

[OMTV AG begrüßt neue Geschäftspolitik der Deutsche Börse AG](#)

[Open Market TV AG](#)

03.02.2012 14:15

[Veröffentlichung der Veräußerung eigener Aktien Schlumberger AG](#)

03.02.2012 14:05

[S&T schließt mit gutem Q4 ab S&T System Integration & Technology Distribution AG](#)

[Weitere Meldungen](#)

EUROPA NEWS

[Onlineprinters GmbH verder op Europese groeiakoers | \[pts\]](#)

[La société Onlineprinters GmbH continue de progresser sur le marché européen | \[pts\]](#)

[Onlineprinters GmbH è in continua crescita in Europa | \[pts\]](#)

[Weitere Meldungen](#)

WETTER

© WETTERNET

Stadtname / PLZ

AKTIENKURSE

Symbol | ISIN | Name

LEBEN

Di, 07.02.2012

pte20120206020 Medizin/Wellness, Kultur/Lifestyle

Schwerer Vitamin-D-Mangel bei Senioren Erster Nachweis: Im Alter verschwindet Jahreszeiten-Fluktuation

Trier (pte020/06.02.2012/14:00) - Der überwiegende Teil der ältesten Menschen unserer Gesellschaft leidet an akutem Vitamin-D-Mangel. Es macht bei ihnen für die Konzentration des "Sonnenvitamins" kaum Unterschied, ob gerade Sommer oder Winter ist. Das berichten Gerontologen aus Trier im Deutschen Ärzteblatt International. "Alte Menschen kommen in unseren Breiten mit dem Vitamin D aus Nahrung und Sonnenexposition so gut wie nie aus. Eine orale Verabreichung von Vitamin D ist bei ihnen ganz besonders zu empfehlen", so Studienautor Stefan Schilling im presetext-Interview.



Senior: Gesundheitsgefahr durch zu wenig Sonne (Foto: Flickr/Zapfman)

Deutliche Unterversorgung

Schilling erhob die Vitamin-D-Konzentration von 1.578 Patienten, die in seiner geriatrischen Reha-Klinik seit 2009 in Behandlung waren, jeweils am Folgetag ihrer stationären Aufnahme. Das Durchschnittsalter der Probanden war 82 Jahre. Bei 89 Prozent von ihnen lag die Vitamin-D-Konzentration unter den derzeit empfohlenen 20 Nanogramm pro Milliliter (ng/ml), 67 Prozent sogar unter zehn ng/ml, was unstrittig als Schwellenwert für schweren Vitamin-D-Mangel gilt. "Nimmt man die Empfehlung mancher Experten von 30 ng/ml als Richtwert, lagen sogar 96 Prozent darunter", berichtet Schilling.

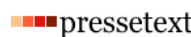
Wenngleich die grundsätzliche Vitamin-D-Unterversorgung der Bevölkerung bekannt ist, hatten die Experten nicht mit einer derartigen Verschärfung bei Senioren gerechnet. Zudem war die bei jüngeren Menschen übliche Fluktuation im Vitaminspiegel zwischen Sommer und Winter nicht festzustellen. Für Schilling ein Ergebnis gleich mehrerer Faktoren. "Hochbetagte Menschen sind weniger mobil und gehen seltener in die Sonne als Jüngere, bedecken meist die Haut und besuchen kaum das Freibad. Zudem sinkt die Fähigkeit ihrer Haut, aus dem Sonnenlicht das Vitamin D zu bilden", so der Forscher.

Orale Gabe lässt schneller gehen

Doch gerade für Senioren ist die ausreichende Vitamin-D-Versorgung immens wichtig. "Vitamin D spielt neben vielen anderen Funktionen auch für den Kalzium- und Knochenstoffwechsel sowie für den Muskelaufbau eine entscheidende Rolle. Sein Mangel macht Stürze und Brüche wahrscheinlicher." Umgekehrt zeigen Studien, dass eine Vitamin-D-Verabreichung bereits nach kurzer Zeit die Sturzhäufigkeit um 20 Prozent reduziert und auch die Schrittgeschwindigkeit messbar erhöht.

(Ende)

Aussender: presetext.redaktion
 Ansprechpartner: Johannes Pernsteiner
 Tel.: +43-1-81140-306
 E-Mail: pernsteiner@presetext.com
 Website: www.presetext.com



Wie fanden Sie diese Meldung?

Weitersagen

presetext

Hol Dir die Gratis-Apps!

Top-Nachrichten lesen und auf Facebook und Twitter teilen.

Available on the App Store

MONSTER JOBCORNER

JETZT HIER SUCHWORT EINGEBEN!

Suche:

PLZ:

Detailsuche

FACEBOOK

presetext **presetext.com**

3,682

FOLLOW US ON TWITTER