**Ressort: Gesundheit**

# Lungenexperte warnt: Vitamin-D-Mangel schwächt die Abwehr

Saarbrücken, 25.11.2012, 07:40 Uhr

**GDN -** Vitamin-D-Mangel schwächt die Abwehr. Davor warnt der Direktor der Klinik für Lungenkrankheiten am Universitätsklinikum des Saarlandes, Robert Bals.

Er erforscht seit langem den Zusammenhang zwischen Vitamin D und dem Immunsystem. Dem Nachrichtenmagazin "Focus" zufolge weisen laut einer aktuellen Studie von Bals Patienten mit Atemwegsproblemen besonders niedrige Vitamin-D-Spiegel auf. Die Patienten litten unter einer verminderten Lungenfunktion und Asthma oder Krebs. "Die Hinweise zu Vitamin D sind eindeutig, aber für harte wissenschaftliche Beweise brauchen wir Langzeitergebnisse", so Bals zu "Focus". Der Mangel schwäche anscheinend bestimmte Immunzellen wie dendritische Zellen oder Lymphozyten. Vitamin-D-Mangel ist ein verbreitetes Phänomen: Der Deutschen Gesellschaft für Ernährung zufolge weisen bis zu 90 Prozent aller Deutschen zu niedrige Spiegel auf. Selbst Kinder und Jugendliche seien unterversorgt. 90 Prozent des Stoffes produziert der Körper selbst. In der Haut wandelt er Vorläufersubstanzen mit Hilfe der UV-B-Strahlung des Sonnenlichts um. Im Winter ist die UV-B-Strahlung jedoch schwach. Zudem zwingt die Kälte Menschen dazu, einen Großteil der Haut einzuhüllen. Zahlreiche Studien dokumentieren den Zusammenhang zwischen einem Vitamin-D-Mangel und der Krankheitsanfälligkeit. Japanische Schulkinder, die über vier Monate Vitamin-D-Pillen einnahmen, litten seltener an Grippe als Gleichaltrige, die nur ein Placebo erhielten. Als weitere Bedrohung für das Immunsystem gilt auch der zu häufige Einsatz von Antibiotika. Sie schaden Bakterien, die den Darm oder die Haut besiedeln. Die Schutzwirkung dieser Mikroben wurde lange unterschätzt. Heute halten Forscher sie für einen wesentlichen Faktor bei der Abwehr von Krankheitskeimen.

**Bericht online:**
https://www.germandailynews.com/bericht-2970/lungenexperte-warnt-vitamin-d-mangel-schwaecht-die-abwehr.html

**Redaktion und Veranwortlichkeit:**
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

**Haftungsausschluss:**
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

**Editorial program service of General News Agency:**
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619