

# Warum individuelle Gesundheitsleistungen?

Versicherte der gesetzlichen Krankenkassen haben Anspruch auf eine ausreichende, zweckmäßige und wissenschaftlich fundierte medizinische Versorgung. Wer darüber hinaus Interesse an individuellen Gesundheitsleistungen (kurz IGeL) hat, muss diese Leistungen privat bezahlen.

Ihr persönliches Wohlbefinden steht im Vordergrund, nicht die gesetzlichen Vorgaben der Krankenkassen.

Sprechen Sie mit uns und überlegen Sie gemeinsam mit uns, welche Untersuchung für Sie persönlich sinnvoll sein könnte.



Praxisstempel

Die Durchführung der Laboruntersuchungen erfolgt durch unseren Laborpartner.



Labor Dr. von Froreich GmbH, Postfach 90 02 53, 21042 Hamburg,  
Großmoorbogen 25, 21079 Hamburg  
T +49 40 766 96-0 | F +49 40 766 96-118 | E [info@labor-froreich.de](mailto:info@labor-froreich.de)

[www.labor-froreich.de](http://www.labor-froreich.de)

Version 1/2021 Myer\_DIN\_Jung\_Vitamin D

Gesundheitsvorsorge  
**PLUS**

Information für Patienten

## Vitamin D

Sonnenschein Vitamin



# Lassen Sie Ihren Vitamin D-Spiegel testen!



Vitamin D wird mit der Nahrung aufgenommen und durch UVB-Strahlung in der Haut in die aktive Form umgewandelt.

Das Hormon reguliert zahlreiche Stoffwechselprozesse, vor allem den Kalziumhaushalt und den Knochenstoffwechsel bzw. die Umbauprozesse, die in unserem Knochen ständig ablaufen. Selbst wenn genügend Vitamin D mit der Nahrung aufgenommen wird, reicht die UV-Strahlung in den nördlichen Regionen wie bei uns in Deutschland nicht aus, um genügend aktives Vitamin D zu bilden. Und auch wenn genügend UV-Strahlung vorhanden ist, schützen wir unsere Haut mit Sonnenschutzcremes und haben auch dann wieder eine unzureichende Umwandlung in das aktive Vitamin D. Es wird deshalb empfohlen, Vitamin D in Form von Tabletten bzw. Kapseln einzunehmen.

Da Vitamin D so viele Stoffwechselprozesse reguliert, sind die Auswirkungen eines Mangels sehr unterschiedlich. Zwar ist in erster Linie eine Minderung der Knochendichte bis hin zur Osteoporose die bedrohlichste Langzeitfolge, aber auch andere Erkrankungen bzw. Symptome können mit einem Vitamin D-Mangel verbunden sein, unter anderem Störungen der allgemeinen Leistungsfähigkeit, der Muskelkraft, Infektabwehr und die Neigung zu depressiven Verstimmungen.

## Vorteile der Vitamin D-Bestimmung

- Erkennung eines Vitamin D-Mangels
- Kontrolle einer adäquaten Substitution (Nahrungsergänzung)
- Vermeidung von Langzeitfolgen eines Vitamin D-Mangels, der nach Jahren zu einer Osteoporose führen kann
- Sinnvolle Ergänzung von Vorsorgeprogrammen

## Vitamin D

Vitamin D regelt im Körper diverse Stoffwechselsysteme, vor allem den Kalziumhaushalt. Normale Vitamin-D-Spiegel im Blut sichern den Aufbau und Erhalt gesunder Knochenstrukturen.

## Kosten

Vitamin D 21,43 €  
zzgl. Kosten für Beratung und Blutentnahme

