

Die Heilkraft von Vitamin D - Neue Studienergebnisse (2)

Liebe Leserinnen und Leser,



Heute bekommen Sie eine weitere Zusammenfassung von Studien, in denen es um die Wirksamkeit der Vorbeugung gegen Influenza (Grippe) mit Hilfe von Vitamin D geht.

Vitamin D zeigt Potenzial gegen saisonale Grippe

Von Stephen Daniells, 1. April 2010

Gemäß den Ergebnissen einer randomisierten, placebokontrollierten Doppelblind-Studie aus Japan kann eine verstärkte Einnahme von Vitamin D die Inzidenz saisonaler Grippe reduzieren.

Während der Zusammenhang zwischen Vitamin D und Erkältungen und Influenza nicht neu ist, behaupten die von Mitsuyoshi Urashima von der Jikei University School of Medicine angeführten Forscher, dass dies in strengen klinischen Studien nicht getestet wurde.

Im American Journal of Clinical Nutrition berichten die japanischen Forscher, dass eine tägliche Einnahme von Vitamin D3 als Nahrungsergänzungsmittel den Einfluss einer saisonalen Grippe (Influenza A) um über 40% reduzierte.

Über die Rolle von Vitamin D für einen immunen Gesundheitszustand wurde mehrfach berichtet, und sie war das Thema der positiven Beurteilung des NDA-Gremiums der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA).

Der Ausschuss kam zu dem Schluss, dass zwischen der diätetischen Einnahme von Vitamin D und der Unterstützung der normalen Funktionen des Immunsystems, einer gesunden Entzündungsreaktion und der Aufrechterhaltung der normalen Muskelfunktionen eine Ursache-Wirkungsbeziehung etabliert wurde.

In der Tat berichteten Wissenschaftler aus Dänemark erst kürzlich, dass Vitamin D notwendig ist, um T-Zellen – die Killerzellen des Immunsystems – in Aktion zu versetzen; ein unzureichender Gehalt des Vitamins bedeutet, dass die Zellen weiterhin untätig und inaktiv bleiben (Nature Immunology, doi: 10.1038/ni.1851).

Neue Daten

Es wurden 334 Schulkinder rekrutiert, um an der Studie teilzunehmen; die Kinder wurden in einem randomisierten Verfahren in zwei Gruppen eingeteilt: Eine Gruppe erhielt täglich Vitamin D3 als Nahrungsergänzungsmittel, während die andere Gruppe ein Placebo erhielt. Die Influenza-Diagnose wurde von ausgebildeten Ärzten vorgenommen.

Während eines Zeitraums von vier Monaten (Dezember 2008 bis März 2009) betrug die Influenza-Inzidenz in der Vitamin D3-Gruppe 11%, verglichen mit 19% in der Placebo-Gruppe, berichteten die Wissenschaftler.

Mit einer Reduzierung der Influenza-Inzidenz um 74% war der Nutzen der Nahrungsergänzungsmittel mit Vitamin D bei Kindern mit einem niedrigen Vitamin D-Gehalt zu Beginn der Studie sogar noch deutlicher.

Die Forscher berichteten außerdem über einen Nutzen über Influenza hinaus: Asthma-Anfälle wurden bei Kindern in der Vitamin D-Gruppe signifikant reduziert, verglichen mit Asthma-Kindern in der Placebo-Gruppe.

„Diese Studie deutet darauf hin, dass mit Vitamin D3 als Nahrungsergänzung während der Winterzeit die Inzidenz von Influenza A verringern kann, im Besonderen bei speziellen Untergruppen von Schulkindern“, schrieben Urashima und sein Mitarbeiterteam.

Wie sieht es in Kanada aus?

Die kanadische Gesundheitsbehörde PHAC (Public Health Agency of Canada) bestätigte letztes Jahr, dass es eine Untersuchung über die Rolle von Vitamin D zum Schutz gegen die Schweinegrippe geben wird.

Die Behörde hat 2008 eine Studie über die Rolle von Vitamin D bei einer schwerwiegenden saisonalen Influenza gestartet, die laut Behördenangaben auf das H1N1-Schweinegrippe-Virus übernommen werden soll.

„Die Forscher der kanadischen Gesundheitsbehörde (PHAC) arbeiten mit Kollegen der McMaster Universität sowie mit Partnern an anderen Universitäten und Kliniken, um festzustellen, ob es einen Zusammenhang zwischen einer schwerwiegenden Erkrankung und einem niedrigen Vitamin D-Gehalt und/oder der genetischen Veranlagung einer Person gibt. Diese Forschungsarbeit bezüglich saisonaler Influenza wird für H1N1 übernommen werden,“ schrieb die Behörde in einer E-Mail an unsere andere Webseite, NutritionalIngredients-USA.com.

Quelle: American Journal of Clinical Nutrition, Veröffentlicht online vor der Druckausgabe, doi:10.3945/ajcn.2009.29094, "Randomized trial of vitamin D supplementation to prevent seasonal influenza A in schoolchildren" („Randomisierte Studie über Vitamin D als Nahrungsergänzungsmittel zur Vorbeugung gegen saisonale Influenza A bei Schulkindern“), Autoren: M. Urashima, T. Segawa, M. Okazaki, M. Kurihara, Y. Wada, H. Ida

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin



Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln