

## Die Vitamin-D-Versorgung steht bei Patienten mit Morbus Crohn im Zusammenhang mit dem Zustand der Darmschleimhaut

**Datum:** 29.03.2018

**Original Titel:**

Vitamin D Deficiency Is Associated with Endoscopic Severity in Patients with Crohn's Disease

Anders als andere [Vitamine](#), welche über die Nahrung zugeführt werden müssen, kann Vitamin D vom Körper selbst produziert werden. Hierzu ist jedoch Sonnenlicht nötig. Das hat zur Folge, dass viele Menschen gerade im Winter unter Vitamin-D-Mangel leiden. Dies kann gesundheitliche Folgen mit sich bringen. Menschen mit Vitamin-D-Mangel haben häufig eine geringere Knochendichte und erleiden häufiger einen Herzinfarkt. Auch bei [Morbus Crohn](#)-Patienten kann ein Vitamin-D-Mangel die Gesundheit stark beeinträchtigen. So konnte in einer kürzlich erschienenen Studie gezeigt werden, dass [Morbus Crohn](#)-Patienten an einer schwereren Erkrankung litten, wenn sie nur unzureichend mit Vitamin D versorgt waren (Studie von Alrefai und Kollegen, 2017 in der medizinischen Fachzeitschrift *Nutrients* veröffentlicht). Der Schweregrad der Erkrankung stand somit im Zusammenhang mit der Vitamin-D-Versorgung des Patienten. Dies wurde mit Hilfe von bestimmten Entzündungsmarkern ([C-reaktives Protein](#), kurz CRP) und einem bestimmten Index, mit dem die Krankheitsaktivität ermittelt wurde, bestimmt. Doch wie sieht es mit der Darmschleimhaut aus? Gibt es auch einen Zusammenhang zwischen der Vitamin-D-Versorgung und dem Zustand der Darmschleimhaut?

Dieser Frage ging ein Wissenschaftsteam der Zhejiang-Universität aus China nach. Hierzu untersuchten die Wissenschaftler 131 Morbus Crohn-Patienten, die im Krankenhaus lagen, und 40 gesunde Studienteilnehmer. Sie bestimmten deren Vitamin-D-Status, die Konzentration des Entzündungsmarkers CRP und die Krankheitsaktivität mit Hilfe eines bestimmten Index. Die Vitamin-D-Versorgung wurde mit Hilfe der 25(OH)D-Konzentration bestimmt, da 25(OH)D als Rohstoff für Vitamin D dient und im Blut gemessen werden kann. Außerdem untersuchten sie die Darmschleimhaut der Patienten mit einer kleinen Kamera, die über den After in den Darm eingeführt wurde (Darmspiegelung). Die Untersuchungen ergaben, dass die 25(OH)D-Konzentration bei den Morbus Crohn-Patienten im Mittel deutlich niedriger waren als bei den gesunden Teilnehmern (Morbus Crohn-Patienten: 21,1 nmol/l vs. gesunde Teilnehmer: 49,9 nmol/l). Fast alle Morbus Crohn-Patienten (121 Patienten, 95 %) wiesen einen Vitamin-D-Mangel auf (25(OH)D: <50 nmol/l). Die restlichen 5 % der Morbus Crohn-Patienten zeigten eine nur schwache Vitamin-D-Versorgung (25(OH)D: 50-75 nmol/l). Das bedeutet, dass kein Morbus Crohn-Patient optimal mit Vitamin D versorgt war. Es fiel auf, dass je niedriger die Vitamin-D-Versorgung war, desto höher waren die Konzentration des Entzündungsmarkers CRP und die Krankheitsaktivität. Diese Ergebnisse decken sich mit den Ergebnissen der oben erwähnten Studie, nämlich dass Vitamin D mit dem Schweregrad der Erkrankung zusammenhängt. Neu an dieser Studie ist jedoch, dass auch ein Zusammenhang zwischen Vitamin D und dem Zustand der Darmschleimhaut festgestellt werden konnte. Die Darmschleimhaut wies weniger krankhafte Veränderungen auf, wenn die Vitamin-D-Versorgung besser war.

Die meisten Patienten, die aufgrund von Morbus Crohn im Krankenhaus lagen, litten somit unter einem Vitamin-D-Mangel. Dieser stand im Zusammenhang mit einem schlechteren Zustand der Darmschleimhaut und mit einer schwereren Erkrankung. Aufgrund dieses Zusammenhangs regen die Autoren an, dass Vitamin D als Marker für die Krankheitsaktivität von Morbus Crohn-Patienten im Krankenhaus dienen könnte. Diese Studie zeigt außerdem wieder einmal, dass Morbus Crohn-Patienten von einer optimalen Vitamin-D-Versorgung profitieren könnten. Es ist demnach gerade für diese Patienten wichtig, ausreichend Zeit in der Sonne zu verbringen. Eine kürzlich erschienene Studie machte jedoch deutlich, dass sich Patienten mit einer chronischen Darmentzündung seltener den Sonnenstrahlen aussetzten als gesunde Studienteilnehmer oder Personen, die von anderen Erkrankungen betroffen waren (Studie von Vernia und Kollegen, 2017 in der wissenschaftlichen Fachzeitschrift *Journal of digestive diseases* veröffentlicht).

**Referenzen:**

Ye L, Lin Z, Liu J, Cao Q. Vitamin D Deficiency Is Associated with Endoscopic Severity in Patients with Crohn's Disease. *Gastroenterol Res Pract.* 2017;2017:4869718. doi: 10.1155/2017/4869718.



# MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

## Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

---

---

---

## Meine Fragen

---

---

---

## Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

---

---

---

## Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am \_\_\_\_\_:

---

---

---

---

---

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“