

Kalenderwoche 13/2019 - MS - Vitamin D

Vitamin D

In den letzten Tagen gab es in vielen Teilen Deutschlands wieder mehr Sonne, Frühlingsblumen sprießen und zeigen das Ende der dunklen Jahreszeit. Wer die ersten Strahlen der Frühlingssonne genossen hat, hat auch gleich etwas für seinen Vitamin-D-Speicher getan. Welche Rolle Vitamin D bei Multipler Sklerose spielen könnte, damit beschäftigen sich immer wieder Studien.

Forscher aus Italien haben untersucht, wie sich der Vitamin-D-Wert im Blut auf die Ergebnisse der Behandlung mit Fingolimod auswirkte. Eine andere Untersuchung hatte bereits bessere Ergebnisse der [MRT](#)-Untersuchungen gezeigt (mehr dazu [hier](#)). Und auch diesmal fanden die Wissenschaftler Hinweise auf bessere [MRT](#)-Werte. Einen Einfluss auf die Schübe der Patienten konnten sie jedoch nicht feststellen. Ob wirklich Vitamin D für die Ergebnisse verantwortlich ist, müssen weitere Untersuchungen zeigen, so die Wissenschaftler.

Belege für einen Zusammenhang zwischen dem Vitamin-D-Status und dem Grad der Behinderung von Teilnehmern, fanden Forscher aus Brasilien in einer Studie. Umso geringer der Vitamin-D-Wert im Blut der Patienten war, desto höher der Behinderungsgrad. Leider zeigen die Ergebnisse bisher nicht, ob auch der Umkehrschluss gilt – also ob bessere Vitamin-D-Werte das Fortschreiten der Behinderung aufhalten oder verlangsamen können. Dazu bedarf es weiterer Forschung.

Vieles deutet aber darauf hin, dass es nicht schaden kann, die Sonne maßvoll zu genießen – auch im Frühling besteht schon Sonnenbrandgefahr – und gegebenenfalls mit dem behandelnden Arzt über die eigenen Vitamin-D-Werte zu sprechen.

Hier die Studien im Detail:

- [Einfluss von Vitamin D auf MS-Aktivität unter Fingolimod?](#)
- [Mehr Sonne bei Multipler Sklerose? Vitamin D-Mangel zeigt sich verstärkt bei Patienten mit stärkerer Behinderung durch Multiple Sklerose](#)

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“