

Vitamin-D-Werte stehen im Zusammenhang mit Lungengesundheit

Datum: 12.09.2018

Original Titel:

Vitamin D and respiratory health in the Busselton Healthy Ageing Study.

DGP - Hat Vitamin D Einfluss auf die Lungengesundheit? Dieser Frage sind australische Wissenschaftler nachgegangen. Ihre statistische Auswertung kommt zu dem Ergebnis: ja.

Vitamin D wird von unserer Haut gebildet, wenn Sonnenlicht darauf trifft. Es ist für uns überlebenswichtig und ein Mangel zieht auf Dauer gesundheitliche Probleme nach sich. Doch auch zur Unterstützung der Behandlung und Vorbeugung von chronischen Erkrankungen soll Vitamin D helfen. Auch bei Asthma ist dies der Fall, wissenschaftliche Ergebnisse liefern bisher aber keine eindeutigen Belege.

Studie mit gut 5000 Teilnehmern ausgewertet

Wissenschaftler aus Australien haben Daten einer Studie, die sich mit gesundem Altern beschäftigt, ausgewertet. Die gut 5000 Teilnehmer waren zwischen 45 und 69 Jahre alt. Ihr Vitamin-D-Spiegel im Blut wurden bestimmt und ihre Lungenfunktion gemessen. Ihre Krankengeschichte, vor allem auch hinsichtlich von Atemwegserkrankungen, wurde mittels eines Fragebogens abgefragt.

Drei Rechenmodelle rechneten Einflüsse anderer Faktoren heraus

Anschließend werteten die Wissenschaftler die Daten statistisch aus. Sie verwendeten drei Rechenmodelle, die immer mehr Faktoren berücksichtigten, die möglicherweise das Ergebnis der Analyse beeinflussen könnten. Im ersten [Modell](#) wurde der Einfluss von Alter, Geschlecht, Jahreszeit und Rauchstatus herausgerechnet. Im zweiten [Modell](#) berücksichtigten die Wissenschaftler zusätzlich den [Body Mass Index](#) (BMI) und wie körperlich aktiv die Teilnehmer waren. Im dritten Modell kamen noch chronische Erkrankungen hinzu.

Teilnehmer mit wenig Vitamin D im Blut hatten eher Atemwegsprobleme

Von den Teilnehmern hatten 8 % einen niedrigen Vitamin-D-Spiegel (kleiner als 50 nmol/l). In allen drei Rechenmodellen zeigte sich ein statistisch nachweisbarer Zusammenhang zwischen dem niedrigen Vitamin-D-Spiegel und Asthma, [Bronchitis](#), Giemen und Engegefühle in der Brust. Teilnehmer, die eine höheren Vitamin-D-Spiegel hatten (über 100 nmol/l), hatten in allen drei Rechenmodellen eine bessere Lungenfunktion als Teilnehmer, deren Vitamin-D-Level im Mittelbereich (zwischen 50 und 100 nmol/l) lag.

Keine Aussage über Wirkung von Nahrungsergänzung mit Vitamin D

Die australischen Wissenschaftler schließen daraus, dass niedrige Vitamin-D-Werte mit Atemwegsproblemen im Zusammenhang stehen. Höhere Vitamin-D-Werte gingen mit einer besseren Lungenfunktion einher. Vitamin D scheint also mit der Lungengesundheit in Verbindung zu stehen. Den Vitamin-D-Spiegel bestimmen zu lassen und bei Bedarf anzuheben, kann also auch bei Asthmapatienten Sinn machen. Ob jedoch Vitamin D die Behandlung unterstützt oder gar vor Asthma schützt, darüber lassen die Studienergebnisse keinen Schluss zu.

Referenzen:

Mulrennan S, Knuiman M, Walsh JP, Hui J, Hunter M, Divitini M, Zhu K, Cooke BR, Musk AWB, James A. Vitamin D and respiratory health in the Busselton Healthy Ageing Study. *Respirology*. 2018 Jun;23(6):576-582. doi: 10.1111/resp.13239. Epub 2018 Jan 24.



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“