

Informationsdienst Wissenschaft

Pressemitteilung

Erstes Hohenheimer Ernährungsgespräch: Unzureichende Vitamin-D-Versorgung in Deutschland - Experten sehen Handlungsbedarf

Florian Klebs, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Universität Hohenheim

31.03.2009



Digitale Pressemappe unter <http://www.uni-hohenheim.de/presse>

PRESSEFOTOS unter <http://www.uni-hohenheim.de>

Kinder aus sozial schwachen Familien, Ältere und Menschen mit Migrationshintergrund sind besonders betroffen - aber auch die Gesamtbevölkerung leidet generell an einer bundesweiten Vitamin-D-Unterversorgung, die nicht weiter ignoriert werden darf. So das Fazit einer Expertenrunde von Forschungseinrichtungen, die vergangenen Freitag zum ersten Hohenheimer Ernährungsgespräch an der Universität Hohenheim zusammenkam. Ziel der Hohenheimer Ernährungsgespräche ist es, ausgewiesene Fachvertreter zusammen zu führen, um aktuelle Themen der Ernährung in kompetenten, glaubwürdigen und unabhängigen Analysen zu beleuchten. Gastgeber der halbjährlichen Diskussionsrunde ist Prof. Dr. med. Hans K. Biesalski, Direktor des Instituts für Biologische Chemie und Ernährungswissenschaft der Universität Hohenheim.

"Nach derzeitigen Erkenntnissen sollte der Vitamin-D-Spiegel höher liegen, als früher gedacht und gemessen daran sind die Werte in der deutschen Bevölkerung generell zu gering - vor allem im Winter", so die Problemanalyse von Dr. Birte Hintzpeter als Vertreterin des Robert-Koch-Instituts in Berlin. Besonders betroffen seien ältere Frauen sowie Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund, bei denen die Spiegel sogar im Sommer zu niedrig seien.

Ursache für die unzureichende Versorgung ist die schlechte Verfügbarkeit des Mikronährstoffes: Unter den Nahrungsmittel bildet vor allem fetter Fisch die einzige nennenswerte Vitamin-D-Quelle. Daneben bildet der Körper Vitamin D größtenteils selbst durch Sonneneinstrahlung in der Haut.

Als nördliches Land mit natürlich geringer Sonnenzufuhr sei Deutschland von einer Unterversorgung deshalb besonders betroffen. Dieser verschärfe sich bei Personengruppen mit eingeschränkter Mobilität oder generell schlechter Ernährungsversorgung - was kürzlich erst durch die Nationale Verzehrstudie bestätigt worden sei, so Prof. Dr. med. Biesalski von der Universität Hohenheim.

Von Abwehrschwäche bis erhöhter Sterblichkeit: Unterversorgung mit vielfältigen Auswirkungen

Die Auswirkungen sind vielfältig: "Es mehren sich die Hinweise, dass eine defizitäre Vitamin D-Versorgung bei Personen mittleren und höheren Alters mit einer erhöhten Sterblichkeit einhergeht", zitierte PD Dr. Armin Zittermann vom Herz- und Diabeteszentrum NRW, die jüngste Forschung. Außerdem verdichte sich die Datenlage, dass eine inadäquate Vitamin D-Versorgung in jungen Jahren das Auftreten bestimmter chronischer Erkrankungen wie multipler Sklerose und Typ I Diabetes begünstigen könne.

Eine weitere wichtige Personengruppe mit Vitamin-D-Bedarf seien Krebspatienten, erläuterte Prof. Dr. med. Jörg Spitz von der Gesellschaft für Medizinische Information und Prävention in Wiesbaden: "In der Onkologie bewirkt Vitamin D eine Unterdrückung des Tumorwachstums - einschließlich der Metastasen. So wird zum Beispiel das Risiko für ein Karzinom der weiblichen Brustdrüse oder des Dickdarms reduziert."

Ebenso benötigt das Immunsystem einen ausreichenden Spiegel von Vitamin D im Blut. Schon in der vorgeburtlichen Entwicklung führe eine Vitamin-D-Unterversorgung in späteren Jahren zu überschießenden Abwehrreaktionen und vermehrten Allergien. Andererseits regt Vitamin D in den Zellen die Produktion von körpereigener Antibiotika an. Letztendlich schützt Vitamin D die Nervenzellen vor Erkrankungen.

Expertenrunde sieht Handlungsbedarf

Angesichts der diskutierten Auswirkungen sah die Expertenrunde Handlungsbedarf in Politik und bei den Fachgesellschaften. Notwendig seien Präventionsstrategien, die die Vitamin-D-Versorgung erhöhten, wie auch die derzeitige Zufuhrempfehlung zu überarbeiten.

Dass es bei einem derartig vielseitigen Problemkomplex keine einfachen Antworten gäbe, betonte Gastgeber Prof. Dr. med. Biesalski in seinem Beitrag "Prävention als Risiko". Was nütze es - so seine kritische Frage - als Gegenmaßnahme ausgiebige Sonnenbäder zu empfehlen, wenn sich diese dann in einer erhöhten Haut-Krebs-Rate niederschlugen.

Hintergrund: Hohenheimer Ernährungsgespräche

Es gibt kaum einen Menschen, der zum Thema Ernährung nicht eine Meinung hat. Doch in Grundsatzdebatten und oft vordergründigen Diskussionen über Übergewicht bis zum Ruf nach Gesetzesregelungen wird eines meist übersehen: Dass es tatsächlich Risikogruppen gibt, die allgemein schlecht ernährt sind oder an Unterversorgung von einzelnen wichtigen Mikronährstoffen leiden. Um sachlich korrekte und unabhängige Informationen zum Thema Ernährung verständlich aufzubereiten, wollen die "Hohenheimer Ernährungsgespräche" künftig ausgewiesene Fachvertreter zusammenführen, die fachlich kompetent, erfahren, glaubwürdig und unabhängig sind.

Veranstaltungsort ist die Universität Hohenheim, die mit ihrem ganzheitlichen Forschungskonzept der Agrar- und Ernährungswissenschaften im Rahmen der Food-Chain eine bundesweit einzigartige Kompetenz aufweisen kann. Auftaktthema der voraussichtlich halbjährlich stattfindenden Runde bildet die Diskussion über die Ergebnisse der Nationalen Verzehrstudie 2009, und eines ihrer Teilergebnisse, das unter anderem Defizite in der Vitamin-D-Aufnahme der Gesamtbevölkerung aufzeigt.

Ansprechperson:

Jana Tinz, Universität Hohenheim, Institut für Biologische Chemie und Ernährungswissenschaft
Tel.: 0711 459-24113/22291; tinzjana@uni-hohenheim.de

Text: Klebs

Weitere Informationen:

[http://Digitale Pressemappe unter \[www.uni-hohenheim.de/presse\]\(http://www.uni-hohenheim.de/presse\)](http://Digitale%20Pressemappe%20unter%20www.uni-hohenheim.de/presse)

[http://PRESSEFOTOS unter \[www.uni-hohenheim.de\]\(http://www.uni-hohenheim.de\)](http://PRESSEFOTOS%20unter%20www.uni-hohenheim.de)

URL dieser Pressemitteilung: <http://idw-online.de/pages/de/news308026>

Merkmale dieser Pressemitteilung:

Ernährung / Gesundheit / Pflege, Medizin
überregional

Forschungsprojekte, Pressetermine deutsch
