



## Patienteninformation

### **Vitamin D**

Vorkommen | Mangel | Symptome

## Vitamin D

Der Mensch deckt seinen Vitamin D-Bedarf, indem er es mittels Sonneneinstrahlung selbst herstellt und es zusätzlich mit der Nahrung aufnimmt (Hering, Lachs, Leber, Ei, Käse, Pilze, Avocado).

### Ursachen

Ursachen für einen Mangel an Vitamin D sind: wenig Sonnenlicht, Mangelernährung, Leberzirrhose, Nierenversagen oder angeborene Erkrankungen etc.

Dieser Mangel kann lange unerkant bleiben. Vitamin D ist jedoch wichtig für den menschlichen Körper, denn es regelt viele Stoffwechselfvorgänge, allen voran den Kalziumhaushalt. Ein Mangel kann u. a. zu Osteoporose und auch Knochenbrüchen führen.

Ein ausreichender Vitamin-D-Spiegel sichert den Aufbau und Erhalt der Knochen. Weiterhin weisen neueste Studien auf eine mögliche Senkung des Brust- und Prostatakrebsrisikos und des Risikos an Depressionen zu erkranken hin.

### Kosten

Mittels Bluttest kann ein Mangel festgestellt und zukünftig ausgeglichen werden. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten für die Laboruntersuchung nur bei begründetem Verdacht. Möchte man sich dennoch testen lassen, handelt es sich um eine sogenannte IGeL-Leistung (GOÄ 1,0), die entsprechend selbst zu zahlen ist.

### Blutuntersuchung auf Vitamin-D-Mangel

27,98 € (zzgl. 5,90 € Transport und Probenentnahmaterial)