



## SONNEN NEWS – 30. SEPTEMBER 2014

### Sonne könnte die Regeneration von Blutgefäßen fördern

Wissenschaftler aus Frankfurt haben gemeinsam mit internationalen Forschern eine neue Funktion von Vitamin D entdeckt. Diese könnte die Basis für wirksamere Behandlungen von Gefäßschädigungen bei Volkskrankheiten wie Diabetes legen.



Ob Osteoporose, Multiple Sklerose oder möglicherweise Herzinfarkte: Eine Vielzahl von Krankheitsbildern wird mit einem Mangel an Sonne und somit Vitamin D in Verbindung gebracht. Noch immer leiden über 60 % der Deutschen an einer Vitamin D-Unterversorgung. Frankfurter Wissenschaftler um die Physiologen Prof. Ralf Brandes und PD Dr. Katrin Schröder vom Fachbereich Medizin der Goethe-Universität Frankfurt haben jetzt entdeckt, dass Vitamin D die Blutgefäßneubildung fördert. Gerade für das Krankheitsbild Diabetes, könnten diese Ergebnisse bahnbrechend sein. Sie könnten die Therapie dieser Krankheit enorm verbessern. Die Studie aus Frankfurt ist die erste Studie, welche einen solchen Zusammenhang zwischen Gefäßregeneration und Vitamin D aufdecken konnte.

#### Der Mechanismus

Im Gegensatz zu vielen anderen Vitaminen, die im Stoffwechsel gebraucht werden, synthetisiert der menschliche Körper aus Vitamin D ein Hormon. Von diesem Vitamin D-Hormon, 1,25-Dihydroxycholecalciferol, gehen vielfältige Funktionen aus. Es fördert die Kalziumaufnahme im Darm, wirkt dem Kalziumverlust im Knochen entgegen und reguliert damit den Knochenaufbau. Die Forscher konnten nun nachweisen, dass die Gabe des "Vitamin D-Hormons" die Regeneration von Blutgefäßen fördert. Die Wissenschaftler beobachteten, dass die Einnahme von Vitamin D beim Menschen die Menge der im Blut zirkulierenden regenerationsaktivierenden Zellen erhöht. Gleichzeitig konnte im Mausmodell belegt werden, dass die Gabe von niedrigen Dosen des Vitamin-D-Hormons die Heilung von Blutgefäßen beschleunigt. Die bei der Zuckerkrankheit stark eingeschränkte Gefäßneubildung ließ sich damit vollständig normalisieren.

#### Was kann die Sonne/das Solarium für uns tun?

Die in Frankfurt durchgeführte Studie arbeitet mit Nahrungsergänzungsmitteln. Fast schon eine Pflicht für jene, die nicht die Zeit haben, sich regelmäßig in der Sonne zu baden oder ein Solarium mit UVB-Anteil zu besuchen. Dennoch ist die Wirkweise von Sonne und Solarium eine direktere. Der Körper stellt das Vitamin D, mit welcher er die Gefäßregeneration betreibt, selbst her. Klingt das nicht schon wesentlich sympathischer, als das Hormon, künstlich hergestellt, oral einzunehmen? Zumal die UV-Strahlung noch viel mehr positive Wirkung auf unseren Körper hat, als ihn mit Vitamin D zu versorgen. Hierbei ist an die Krebsprävention zu denken, aber auch an die aktuell immer wieder in den Medien auftauchende Meldung, wie positiv sich ein ausgeglichener Vitamin D-Spiegel auf die geistige Fitness und unsere Stimmung auswirkt. Gerade im Herbst und Winter sollten wir jedes Jahr aufs Neue darüber nachdenken, den regelmäßigen Gang ins Solarium zu machen, um uns dort in angenehmer Atmosphäre etwas Sonne für Körper, Geist und Wohlbefinden abzuholen.

Quelle: [Universitätsklinikum Frankfurt](http://www.uniklinik-frankfurt.de)

Der Bundesfachverband Besonnung e.V. in den sozialen Netzwerken. Folgen Sie uns und erhalten Sie die neusten Infos zu Sonne, Solarium und Vitamin D:

<https://www.facebook.com/BundesfachverbandBesonnungEV?ref=hl>

<https://plus.google.com/106482280718967784125/about>

<http://www.youtube.com/channel/UCNgI-ZbueD2xFLw60XRfRA?feature=watch>