

Vitamin D3 Übersicht

Vitamin D3 aktiviert das Basis-Schutzsystem:

Vitamin D3 verbessert die Abwehr durch Tumorchemmung, Entzündungshemmung und verbesserte Zellkommunikation der Abwehrzellen. Die Hormonbalance wird verbessert wie auch der Fett- und Zuckerstoffwechsel.

Vitamin D3 ist ein Basis-Vitamin:

Vitamin D3 ist ein Basis-Vitamin, das vom Einzeller bis zum Menschen die Zellenergie erhöht, Schmerzen lindert, Abwehr stärkt und die Furchtbarkeit fördert.

Vitamin D3 regt die älteste Form der Lebensenergie an, die Membranoszillation der Zellkern und Mitochondrienmembranen innerhalb der Zellen. Diese uralten Wege der Zellfindung, Differenzierung und Organbildung beeinflussen beispielsweise die embryonale und fetale Hirnentwicklung positiv.^{1,2}

Vitamin D3 als Prophylaxe vor entzündlichen Erkrankungen und Krebs:

Die anregende Wirkung von Vitamin D3 auf den Inositol-Triphosphat-Stoffwechsel-Weg lässt klar werden, warum Vitamin D3 so essentiell für unsere Gesundheit ist: Der Inositol-Triphosphat-Stoffwechsel reguliert die Mitochondrien-Aktivität, die Nervenleitung, die Hirnrhythmen, die Herzrhythmen zusätzlich zur Drüsen- und Leberaktivität. Ob Alzheimer oder Diabetes, beide hängen direkt von der Aktivität dieses Stoffwechselweges ab.¹

Speziell wichtig ist ein ausreichender Vitamin D3-Spiegel zur Krebsprophylaxe und frühen Krebsbehandlung.^{3,4} Ebenso wichtig ist die Wirkung von Vitamin D3 auf die Verminderung von Entzündungsmediatoren (Interferone, Interleukine, Nukleäre Faktoren), die zur Prophylaxe und Zusatzbehandlung chronisch entzündlichen Erkrankungen wichtig ist.⁵⁻⁷

Vitamin D3 zur Schmerzlinderung:

Vitamin D3 wirkt hemmend auf die Prostaglandin-Produktion über eine COX-2-Hemmung. Dies ist ein natürlicher Schmerzlinderer.⁸

Vitamin D3 als Hilfe bei Infektionen, Autoimmunerkrankungen und Krebs:

Das Wissen um die einzelnen Stoffwechselwege ist vielfältig und beeindruckend. Ebenso die Menge an kleinen und grossen Studien zur Behandlung bei Menschen, die von Vitamin D3 profitiert haben. Es ist wissenschaftlich unbestritten, dass Menschen mit tiefen Vitamin D3-Spiegeln eher an Krebs und Infektionen erkranken und eher sterben.^{8,10,11}

Optimaler Bereich von Vitamin D3-Spiegeln:

Natürliche Spiegel liegen bei 115–119 nmol/l (45-55mcg/l). Dieser optimale Bereich sollte das ganze Jahr hindurch gehalten werden.⁹

Medikamente, die den Vitamin D3-Spiegel reduzieren:

Alle Medikamente, die den Pregnan-X-Rezeptor aktivieren, sind heikel, da sie das Vitamin D3 senken. Dazu gehören folgende Medikamentengruppen: Antibiotika, Antiepileptika, Blutdrucksenker, Entzündungshemmer, Hormone, Tumorchemmer, Virenhemmer.¹¹

Vitamin D3 Übersicht

Literaturauswahl:

1. Berridge MJ. The Inositol Trisphosphate/Calcium Signaling Pathway in Health and Disease. *Physiol Rev.* 2016;96(4):1261-1296. doi:10.1152/physrev.00006.2016
2. Whitehouse AJO, Holt BJ, Serralha M, Holt PG, Kusel MMH, Hart PH. Maternal Serum Vitamin D Levels During Pregnancy and Offspring Neurocognitive Development. *Pediatrics.* 2012;129(3):485-493. doi:10.1542/peds.2011-2644
3. Voutsadakis IA. Vitamin D receptor (VDR) and metabolizing enzymes CYP27B1 and CYP24A1 in breast cancer. *Mol Biol Rep.* 2020;47(12):9821-9830. doi:10.1007/s11033-020-05780-1
4. Moreno J, Krishnan AV, Swami S, Nonn L, Peehl DM, Feldman D. Regulation of Prostaglandin Metabolism by Calcitriol Attenuates Growth Stimulation in Prostate Cancer Cells. *Cancer Res.* 2005;65(17):7917-7925. doi:10.1158/0008-5472.CAN-05-1435
5. Lemire JM, Adams JS, Sakai R, Jordan SC. 1 alpha,25-dihydroxyvitamin D3 suppresses proliferation and immunoglobulin production by normal human peripheral blood mononuclear cells. *J Clin Invest.* 1984;74(2):657-661. doi:10.1172/JC1111465
6. Duggan C, De Dieu Tapsoba J, Mason C, et al. Effect of Vitamin D3 Supplementation in Combination with Weight Loss on Inflammatory Biomarkers in Postmenopausal Women: A Randomized Controlled Trial. *Cancer Prev Res (Phila Pa).* 2015;8(7):628-635. doi:10.1158/1940-6207.CAPR-14-0449
7. Geldmeyer-Hilt K, Heine G, Hartmann B, Baumgrass R, Radbruch A, Worm M. 1,25-dihydroxyvitamin D3 impairs NF- κ B activation in human naïve B cells. *Biochem Biophys Res Commun.* 2011;407(4):699-702. doi:10.1016/j.bbrc.2011.03.078
8. Lasco A. Improvement of Primary Dysmenorrhea Caused by a Single Oral Dose of Vitamin D: Results of a Randomized, Double-blind, Placebo-Controlled Study. *Arch Intern Med.* 2012;172(4):366. doi:10.1001/archinternmed.2011.715
9. Luxwolda MF, Kuipers RS, Kema IP, Janneke Dijck-Brouwer DA, Muskiet FAJ. Traditionally living populations in East Africa have a mean serum 25-hydroxyvitamin D concentration of 115 nmol/l. *Br J Nutr.* 2012;108(9):1557-1561. doi:10.1017/S0007114511007161
10. Entrenas Castillo M, Entrenas Costa LM, Vaquero Barrios JM, et al. "Effect of calcifediol treatment and best available therapy versus best available therapy on intensive care unit admission and mortality among patients hospitalized for COVID-19: A pilot randomized clinical study." *J Steroid Biochem Mol Biol.* 2020;203:105751. doi:10.1016/j.jsbmb.2020.105751
11. Grant W, Lahore H, McDonnell S, et al. Evidence that Vitamin D Supplementation Could Reduce Risk of Influenza and COVID-19 Infections and Deaths. *Nutrients.* 2020;12(4):988. doi:10.3390/nu12040988