

## TK Vitamin-D-Messung

15. & 16. März 2023



### Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen!

Vitamin D (genauer: Calcitriol) fördert die Bildung und Reifung der Knochenstammzellen. Außerdem regelt es die Aufnahme von Kalzium im Darm und fördert den Einbau von Kalzium und Phosphat in die Knochen - die Knochen und Zähne werden hart und stark. Hauptsächlich bildet der Körper Vitamin D unter Einbeziehung der Sonne selber.

#### Warum eine Vitamin-D-Messung?

- ▼ Vitamin-D-Mängel bleiben oft lange Zeit unentdeckt.
- ▼ Vitamin D ist wichtig für Knochen und Zähne.
- ▼ Weitere, aber teils noch nicht eindeutig wissenschaftlich belegte Wirkungen von Vitamin D:
  - ▼ Immunsystem-Stärkung
  - ▼ Kräftigung der Muskulatur
  - ▼ Schutzwirkung für die Nervenzellen im Gehirn
  - ▼ Positive Wirkung auf das Herz-Kreislaufsystem
  - ▼ Verringerung von Gefäßerkrankungen
  - ▼ Schutzwirkung gegen Krebs
  - ▼ Schutz vor Rachitis (deshalb ist die Gabe von Vitamin D bei Babys so wichtig)
  - ▼ Positive Wirkung auf die Psyche

#### Was passiert bei der Vitamin-D-Messung?

- ▼ Wir nehmen eine geringe Menge Kapillarblut aus der Fingerbeere.
- ▼ Das Kapillarblut wird mit einer Pufferlösung vermischt und auf einen Teststreifen aufgetragen.
- ▼ Nach 15 Minuten misst das Testgerät die Vitamin-D-Konzentration.
- ▼ Sie können Ihr Ergebnis direkt mitnehmen.