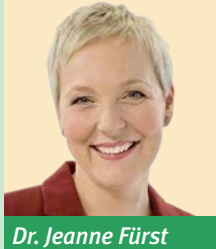


Arzt-Termin



Dr. Jeanne Fürst

TV-Moderatorin

*«gesundheitheute»
im Gespräch mit Prof.
Dr. med. Dagmar
l'Allemand-Jander,
Pädiatrische Endo-
krinologie und Diabe-
tologie, Kinderspital
St. Gallen*

Wozu braucht unser Körper Vitamin D?

*Alle Menschen brau-
chen Vitamin D für
den Knochenbau, die
Muskelfunktion sowie
viele andere Stoff-
wechselfvorgänge und
das Abwehrsystem.
Fehlt Vitamin D,
verbiegen sich die
Knochen, weil sie zu
weich sind, oder sie
brechen schon bei
geringer Belastung.
Ausserdem tritt bei
Vitamin-D-Mangel
eine Muskelschwäche
auf, die zu Gehstörun-
gen oder Zitterigkeit
führen kann. Durch
die Störung des Kal-
zium-Haushaltes
können auch Krampf-
anfälle ausgelöst
werden. Ein Mangel
an Vitamin D verur-
sacht eine schlechte
Infektionsabwehr,
Herzschwäche, Haar-
ausfall, Hautproble-
me. Zuverlässige Stu-
dien zeigen, dass bei
Vitamin-D-Mangel
häufiger Typ 1-Diabe-
tes, Bluthochdruck,
Thromboseneigung
und Krebs auftreten.*

*TV-Tipp: **gesundheit-
heute**, Thema «Jeder
Zweite hat Vitamin-
D-Mangel»: SRF 1,
Samstag, 18. Novem-
ber, 18.10 Uhr.*