



Deutsche Gesellschaft für Nährstoffmedizin
und Prävention (DGNP) e. V.

Postmenopause: Vitamin D-Mangel erhöht Risiko für metabolisches Syndrom

Der **Vitamin D**-Status postmenopausaler Frauen könnte in einem Zusammenhang mit der Entstehung des metabolischen Syndroms stehen. Wissenschaftler aus Indien untersuchten in einer Querschnittsstudie 222 postmenopausale Frauen. Neben dem Vitamin D-Status wurden metabolische Parameter bestimmt.

Ergebnisse

51 % der Frauen hatten einen leichten und 19 % einen schweren Vitamin D-Mangel. Frauen mit einem diagnostizierten metabolischen Syndrom wiesen zu 22 % einen leichten Mangel und zu 53 % einen schweren Vitamin D-Mangel auf. Es bestand ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Vitamin D-Status und den Nüchtern glukosewerten. Der Vitamin D-Spiegel korrelierte signifikant negativ mit den Nüchtern glukosewerten.

Zusammenfassung

Ein geringer Vitamin D-Spiegel könnte insbesondere für Frauen nach den Wechseljahren ein Risikofaktor für ein metabolisches Syndrom sein.

Hinweis zum Versorgungszustand von Vitamin D (Nationale Verzehrsstudie II 2008)

In der Altersgruppe ab dem 19. Lj. erreichen über die normale Ernährung 0 % der Frauen und Männer die Zufuhr-Empfehlung, weshalb den am schlechtesten Versorgten circa 19,2 µg Vitamin D fehlen. (DGE-Empfehlung: 20 µg/Tag)

Srimani S, Saha I, Chaudhuri D.

Prevalence and association of metabolic syndromes and vitamin D deficiency among postmenopausal women in a rural block of West Bengal, India.

PLoS One. 2017 November