



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

Vitamin D verbessert Autismus-Symptome

Autismus-Spektrum-Störungen sind Erkrankungen, die den tiefgreifenden Entwicklungsstörungen zugeordnet werden und mit Schwierigkeiten im Sozialverhalten und der Kommunikation einhergehen. Wissenschaftler konnten nun erstmals in einer doppelblinden RCT-Studie zeigen, dass **Vitamin D** klassische Symptome einer autistischen Erkrankung verbessert. An der Studie nahmen 109 Kinder im Alter zwischen 3 und 10 Jahren teil. Die Kinder wurden in zwei Gruppen randomisiert und erhielten über vier Monate entweder ein Vitamin-Supplement oder ein Placebo.

Ergebnisse

Kinder, die während des Studienzeitraumes Vitamin D eingenommen hatten, profitierten im Vergleich zur Placebogruppe signifikant von einer Verbesserung ihrer Symptome.

Zusammenfassung

Kinder mit autistischen Symptomen könnten nach den Erkenntnissen dieser Studie von einer Vitamin D-Einnahme profitieren.

Hinweis zum Versorgungszustand von Vitamin D (Nationale Verzehrstudie 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)

Saad K, Abdel-Rahman AA, Elserogy YM, Al-Atram AA, El-Houfey AA, Othman HA, Bjørklund G, Jia F, Urbina MA, Abo-Elala MG, Ahmad FA, Abd El-Baseer KA, Ahmed AE, Abdel-Salam AM.

Randomized controlled trial of vitamin D supplementation in children with autism spectrum disorder.

J Child Psychol Psychiatry. 2016 November