

## **PRESSEMITTEILUNG**

08.06.2015

### **Krebsabwehr durch UV-Licht und Vitamin D**

*Studie aus den USA zeigt auf, wie positiv sich Vitamin D auf Krebserkrankungen auswirken kann.*

Bereits prospektive Beobachtungsstudien konnten zeigen, dass sich die Heilungschancen von Krebspatienten mit einem ausgeglichenen Vitamin D-Spiegel größer waren, als jener mit einem niedrigen Spiegel. Auch erkrankten Patienten mit einem hohen Vitamin D-Wert im Blut seltener an verschiedenen Krebsarten. Zurückzuführen sind die Ergebnisse wohl darauf, dass Vitamin D einen positiven Einfluss auf das Immunsystem zu haben scheint. In-vitro Untersuchungen zeigten, dass Vitamin D die Aktivierung von T-Zellen, welche Tumorzellen erkennen und angreifen, fördert.

Aufbauend auf die bisherigen Beobachtungen zeigte eine aktuelle Studie aus Boston, USA ähnliche Ergebnisse. In einer randomisierten Studie um den Forscher Shuji Ogino vom *Dana-Farber Cancer Institute* wurden Ergebnisse aus den Studien der *Nurses' Health Study* und der *Health Professionals Follow-up Study* verglichen. Gegenstand der Studie waren 318 Teilnehmer, die an Darmkrebs erkrankt sind. In den 1990er Jahren waren für die Studie Blutproben entnommen worden, in welchen auch der Vitamin D-Gehalt bestimmt wurde. Im Ergebnis der Studie wurde festgestellt, dass die 318 Teilnehmer, welche an Darmkrebs erkrankten, im Vergleich zur Kontrollgruppe deutlich niedrigere Vitamin D-Werte hatten. Demnach steht auch hier ein ausgeglichener Vitamin D-Spiegel für eine mögliche bessere Immunabwehr gegen den Tumor.

#### **Ein ausgeglichener Vitamin D-Spiegel durch UVB-Strahlung**

Die sicherste und natürlichste Variante seinen Vitamin D-Spiegel auszugleichen, ist durch die UVB-Strahlung, welche im Sonnenlicht oder UV-Licht der modernen Solarienröhren enthalten ist. Schließlich decken wir 90% unseres Bedarfes an Vitamin D über die UVB-Strahlung, welche die Bildung des Vorstufenhormons in unserer Haut anregt. Die restlichen 10% decken wir über unsere Nahrung, fetten Fisch und Eier zum Beispiel.

Im Gegensatz zu Nahrungsergänzungsmitteln, regelt unsere Haut die Vitamin D Herstellung selbst. Sie stoppt, sobald der Körper ausreichend Vitamin D produziert hat. Regelmäßige, wohldosierte Aufenthalte an der Sonne von März bis Oktober, füllen unsere Speicher auf natürliche Weise. Warum dem Körper etwas zusetzen, dass er doch selbst bilden kann? Und wer für die Natursonne keine Zeit findet, dem kann der kleine Bruder der Sonne, das Solarium, eine echte Alternative sein. Gerade im Winter ist das moderne Solarium eine echte Option.

Tun Sie auf natürliche Weise etwas für Ihre Krebsabwehr. Füllen Sie Ihre Vitamin D-Speicher auf!

Quelle(n):

Correspondence to Dr Shuji Ogino, Dana-Farber Cancer Institute, Brigham and Women's Hospital, Harvard Medical School, 450 Brookline Ave, Room M422, Boston, MA 02215, USA; shuji\_ogino{at}dfci.harvard.edu

Der Bundesfachverband Besonnung e.V. in den sozialen Netzwerken. Folgen Sie uns und erhalten Sie die neusten Infos zu Sonne, Solarium und Vitamin D:

<https://www.facebook.com/BundesfachverbandBesonnungEV?ref=hl>

<https://plus.google.com/106482280718967784125/about>

<http://www.youtube.com/channel/UCNgl-ZbueD2xFQlw6OXrFRa?feature=watch>

#### **Pressekontakt:**

aUF dEN pUNKT & jUNG • Janine Jung  
Hermann-Ehlers-Straße 104 • 63456 Hanau  
Mobil: 0157/73836073  
[jung@bundesfachverband-besonnung.de](mailto:jung@bundesfachverband-besonnung.de)