

Vitamin D macht das Immunsystem scharf:

Nur bei ausreichender Versorgung mit dem Sonnenvitamin werden die T-Zellen der Körperabwehr aktiv

Vitamin D ist für das Immunsystem überraschenderweise absolut unverzichtbar:

Nur wenn es in ausreichender Menge vorhanden ist, werden die Killer-Zellen der Körperabwehr mobilisiert, so dass sie eindringende Viren oder Bakterien bekämpfen können.

Zu dieser Erkenntnis kommt ein dänisches Forscherteam nach einer Untersuchung von Blutproben, die Dialysepatienten gespendet hatten. Zwar sei bereits bekannt gewesen, dass Vitamin D das Immunsystem beeinflussen kann. Wie grundlegend seine Funktion jedoch ist, sei bislang übersehen worden, berichten Carsten Geisler von der Universität Kopenhagen und seine Kollegen.

Quelle: Carsten Geisler (Universität Kopenhagen) et al.: [Nature Immunology](#), Online-Veröffentlichung, doi: 10.1038/ni.1851, ddp/wissenschaft.de – Ilka Lehnen-Beyel