
Subject: Vitamin D

Posted by [eva1111](#) on Fri, 15 Feb 2013 08:48:45 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Zusammen!

Ich war mal wieder bei der Heilpraktikerin. Dabei hat sich rausgestellt, dass mit Vitamin D Wert nur bei 38 nmol/l liegt.

Normal wäre zwischen 50 und 300 nmol/l und präventiv anzustreben >100.

Jetzt hat sie mir vorgeschlagen, alle 2 Wochen ca. das ganze mit einer Spritze ins Fettgewebe mit 100.000 I.E.!! Sie meinte, nach 6 Spritzen ist der Speicher wieder voll. Was haltet ihr davon? Das erscheint mir etwas viel)!

Im Internet hab ich übrigens folgenden Zusammenhang zu den Haaren gefunden:

http://www.hormonkosmetik-profhuber.at/haar/haar2_5.html

"Wintermonate einen latenten Mangel an Vitamin D3.

Das in der Epidermis aus Provitaminen gebildete Vitamin D3 stimuliert nicht nur die Basalzellen der Haut, sondern regt auch über Vitamin-D3-Rezeptoren im Haarfollikel das Haarwachstum an. Besonders in der Anaphase kommt es zu einer starken Expression von Vitamin-D3-Rezeptoren im Haarbalg."

"Das Vitamin D3 steht entsprechend seiner chemischen Struktur den Steroiden nahe und bindet über nukleäre Rezeptoren an der DNA an, wobei es allerdings vorher mit dem Schilddrüsenhormon oder mit dem Vitamin-A-Rezeptor ein Dimer bildet."

Kann das eigentlich jemand übersetzen ?? Heißt das, es hängt auch mit der Schilddrüse zusammen und ein Vitamin A Mangel wäre auch schlecht?
