

# 120 Professoren und Ärzte verlangen sofortige Supplementierung mit Vitamin D

[pfm Gesundheit](#) 19. Dezember 2020 5 Minutes

**Die perspektivlosen Aktionen von Regierungen werden immer absurder. Aufrufe und Erklärungen von Experten verschiedener Richtungen und von Pharma-Lobbyisten zeigen keine Auswege. Meist wird hilflos versucht das Virus an der Verbreitung zu verhindern. An die Stärkung der natürlichen Verteidigung die jeder von uns hat, denkt niemand. Es ist wirklich ein Skandal wie enorme Schäden verursacht werden, die Zukunft der jungen Generation zerstört wird, aber auf einfache und wirksame Mittel zum Schutz der Menschen verzichtet werden.**

Über einhundert Professoren und Ärzte verlangen aktuell [in einem Aufruf](#) zudem die sofortige Supplementierung von Vitamin D für Hochrisikogruppen. Zuletzt fand eine retrospektive britische Studie mit rund 1000 Teilnehmern erneut eine Reduktion der Sterblichkeit [um 80%](#) durch hochdosiertes Vitamin D (Cholecalciferol) bei bereits hospitalisierten Covid-Patienten.

Das Ignorieren oder sogar Bekämpfen der [hochwirksamen und kostengünstigen Frühbehandlung](#) und der Prävention von Covid durch die meisten westlichen Behörden und Medien ist einer der [bisher größten Skandale der Pandemie](#). Es bleiben sonst nur sehr extreme und sozial destruktive Interventionen übrig, wie sie gerade in immer mehr Ländern ungeachtet der Entwicklung des Infektionsgeschehens umgesetzt werden.

## **Das Risiko durch niedrige Vitamin D Spiegel**

Es sind viele Faktoren bekannt, die Personen einem höheren Risiko durch die Exposition gegenüber SARS-CoV-2 aussetzen, wie z. B. Alter, Männlichkeit, Vorerkrankungen usw., aber unzureichendes Vitamin D ist bei weitem der am leichtesten und schnellsten modifizierbare Risikofaktor mit reichlich Beweisen für einen großen Effekt. Vitamin D ist kostengünstig und hat kein Risiko im Vergleich

allen anderen Maßnahmen oder Behandlungen und zu dem erheblichen Risiko von COVID-19.

Die bisherigen Erkenntnisse legen die Möglichkeit nahe, dass sich die COVID-19-Pandemie zu einem großen Teil durch die Infektion von Menschen mit niedrigem Vitamin D aufrechterhält und dass sich die Todesfälle weitgehend auf Menschen mit Mangel konzentrieren. Allein die Möglichkeit, dass dies so ist, sollte die dringende Erhebung weiterer Vitamin-D-Daten erforderlich machen. Auch ohne weitere Daten deutet die überwältigende Zahl der Beweise darauf hin, dass eine erhöhte Vitamin-D-Konzentration dazu beitragen würde, Infektionen, Krankenhausaufenthalte, Einweisungen in die Intensivstation und Todesfälle zu reduzieren.

## **Hier die wichtigsten Auszüge aus der Erklärung:**

Die Forschung zeigt, dass ein niedriger Vitamin-D-Spiegel mit ziemlicher Sicherheit COVID-19-Infektionen, Krankenhausaufenthalte und Todesfälle fördert. Angesichts seiner Sicherheit fordern wir eine sofortige, flächendeckende Erhöhung der Vitamin-D-Zufuhr.

Vitamin D moduliert Tausende von Genen und viele Aspekte der Immunfunktion, sowohl der angeborenen als auch der adaptiven. Der wissenschaftliche Nachweis zeigt, dass:

- Höhere Vitamin-D-Blutspiegel mit niedrigeren Raten von SARS-CoV-2-Infektionen verbunden sind.
- Höhere D-Spiegel ein geringeres Risiko für einen schweren Verlauf (Krankenhausaufenthalt, Intensivstation oder Tod) bedeuten.
- Interventionsstudien weisen darauf hin, dass Vitamin D eine sehr effektive Behandlung ist.
- Viele Arbeiten zeigen mehrere biologische Mechanismen auf, durch die Vitamin D COVID-19 beeinflusst.
- Die Modellierung der kausalen Inferenz, die Hill'schen Kriterien, die Interventionsstudien und die biologischen Mechanismen deuten darauf hin, dass der Einfluss von Vitamin D auf COVID-19 sehr wahrscheinlich kausal und nicht nur korrelativ ist.

Es ist bekannt, dass Vitamin D essenziell ist, aber die meisten Menschen bekommen nicht genug davon. Zwei gängige Definitionen von Unzulänglichkeit sind

- Mangel < 20ng/ml (50nmol/L), die Zielvorgabe der meisten staatlichen Organisationen, und
- Insuffizienz < 30ng/ml (75nmol/L), die Zielvorgabe mehrerer medizinischer Gesellschaften & Experten.

Zu viele Menschen haben Werte unterhalb dieser Zielvorgaben. Die Raten des Vitamin-D-Mangels  $<20\text{ng/ml}$  liegen in den meisten Teilen der Welt bei mehr als 33 % der Bevölkerung, und die meisten Schätzungen der Insuffizienz  $<30\text{ng/ml}$  liegen bei weit über 50 % (in vielen Ländern jedoch noch viel mehr). Die Raten sind im Winter sogar noch größer und mehrere Gruppen haben einen deutlich gefährlicheren Mangel: Übergewichtige, Menschen mit dunkler Hautfarbe (besonders weit vom Äquator entfernt) und vor allem Bewohner von Pflegeheimen. Dieselben Gruppen sind einem erhöhten COVID-19-Risiko ausgesetzt.

Es wurde gezeigt, dass 3875 IU (97mcg) täglich für 97,5% der Menschen erforderlich sind, um  $20\text{ng/ml}$  zu erreichen, und 6200 IU (155mcg) für  $30\text{ng/ml}$ ,<sup>4</sup> eine Zufuhr, die weit über allen nationalen Richtlinien liegt. Zahlreiche Aufrufe in der akademischen Literatur, die offizielle empfohlene Zufuhr zu erhöhen, hatten bis zum Auftreten von SARS-CoV-2 noch nicht zu Erhöhungen geführt.

Inzwischen weisen viele Arbeiten darauf hin, dass Vitamin D einen stärkeren Einfluss auf COVID-19 hat als die meisten anderen Gesundheitszustände, mit einem erhöhten Risiko bei Werten  $<30\text{ng/ml}$  ( $75\text{nmol/L}$ ) und einem stark erhöhten Risiko  $<20\text{ng/ml}$  ( $50\text{nmol/L}$ ).<sup>1</sup>

Die bisherigen Erkenntnisse legen die Möglichkeit nahe, dass sich die COVID-19-Pandemie zu einem großen Teil durch die Infektion von Menschen mit niedrigem Vitamin D aufrechterhält und dass sich die Todesfälle weitgehend auf Menschen mit Mangel konzentrieren.

Allein die Möglichkeit, dass dies so ist, sollte die dringende Erhebung weiterer Vitamin-D-Daten erforderlich machen. Auch ohne weitere Daten deutet die überwiegende Zahl der Beweise darauf hin, dass eine erhöhte Vitamin-D-Konzentration dazu beitragen würde, Infektionen, Krankenhausaufenthalte, Einweisungen in die Intensivstation und Todesfälle zu reduzieren.

Daher rufen wir alle Regierungen, Ärzte und Mitarbeiter des Gesundheitswesens weltweit dazu auf, sofort für ihre erwachsene Bevölkerung geeignete Maßnahmen zur Erhöhung der Vitamin-D-Versorgung zu empfehlen und umzusetzen, zumindest bis zum Ende der Pandemie. Insbesondere zu:

- Empfehlen Sie ausreichende Mengen aus allen Quellen, um 25(OH)D-Serumspiegel über  $30\text{ng/ml}$  ( $75\text{nmol/L}$ ) zu erreichen, ein weithin befürwortetes Minimum, das nachweislich das COVID-19-Risiko reduziert.
- Empfehlen Sie Erwachsenen eine Vitamin-D-Zufuhr von 4000 IU (100mcg) täglich (oder mindestens 2000 IU), wenn kein Test vorliegt. 4000 IU werden allgemein als sicher angesehen.
- Empfehlen Sie, dass Erwachsene mit erhöhtem Risiko für einen Mangel aufgrund von Übergewicht, dunkler Haut oder wenn sie in Pflegeheimen leben, eine höhere Zufuhr. Tests können helfen, zu niedrige oder zu hohe Werte zu vermeiden.

- Empfehlen Sie, dass Erwachsene, die nicht bereits die oben genannten Mengen erhalten, 2 bis 3 Wochen lang täglich 10.000 IU (250mcg) bekommen (oder bis zum Erreichen von 30ng/ml, falls getestet), gefolgt von der oben genannten Tagesmenge. Diese Praxis wird weithin als sicher angesehen. Der Körper kann unter den richtigen Bedingungen (z.B. an einem Sommertag am Strand) mehr als diese Menge aus Sonnenlicht synthetisieren. Außerdem bezeichnen sowohl die NAM (USA) als auch die EFSA (Europa) dies als „No Observed Adverse Effect Level“, sogar als tägliche Erhaltungszufuhr.
- Messen Sie den 25(OH)D-Spiegel aller hospitalisierten COVID-19-Patienten und behandeln Sie mit Calcifediol oder D3, um zumindest eine Insuffizienz <30ng/ml (75nmol/L) zu beheben.

### **Soweit der Aufruf.**

Die Unterzeichneten geben neben ihrem Namen auch an wie viel sie selbst täglich an Vitamin D zu sich nehmen und das bewegt sich zwischen 1000 und 10.000 IE. Ich mache das jetzt auch:

- 10.000 IU pro Tag für einen Spiegel von etwa 60ng/ml

Das hat mir geholfen [eine SARS-Cov-2 Infektion](#) mit nur ganz leichtem Verlauf in der ersten Woche des Jahres zu überstehen. Meine Frau nimmt

- 5.000 IU pro Tag

und hat sich bei mir nicht einmal eine Infektion zugezogen. Ihr Test auf SARS-Cov-2 spezifische T-Zellen verlief negativ, meiner klar positiv.

Diese Maßnahmen wären erheblich billiger als die sinnlosen Massentests, ein Jahresbedarf Vitamin D für eine Person ist um 20 bis 30 Euro wohlfeil. Wenig interessant für die Pharmaindustrie.

Wenn das noch nicht reicht: Eine [Studie in Finnland](#) hat ergeben, dass eine regelmäßige Gabe von Vitamin D bei Kindern den Intelligenzquotienten erhöht. Vitamin D erhält gesund und macht schlau.

---

**Alle aktuellen News im [TKP Telegram Channel](#)**

**Unterstütze unabhängigen Journalismus mit einer Spende [via PayPal](#)**

---

[Noch mehr positive Erfahrungen mit Vitamin D in Altersheimen](#)

[Erstaunlich: Parlamente lehnen Gesundheitsschutz durch Prophylaxe ab](#)

[T-Zellen und das Immunsystem brauchen Vitamin D](#)

[Infektion im Pflegeheim mit mildem Verlauf dank Vitamin D](#)

[Infektion im Pflegeheim mit mildem Verlauf dank Vitamin D](#)

[Vitamin D Mangel erhöht Infektions- und Covid-19-Risiko](#)

[Vitamin D Mangel und die negativen Folgen für das Immunsystem](#)

[Studie zeigt: Vitamin D verbessert Heilung von Covid-19](#)

**Teilen mit:**

Quelle: <https://tkp.at/2020/12/19/120-professoren-und-aerzte-verlangen-sofortige-supplementierung-mit-vitamin-d/>  
20210830 DT (<https://stopreset.ch>)