

## Vitamin D Test

Der cerascreen Vitamin-D-Test ist ein Selbsttest zur Probenahme mit kostenloser Einsendung an ein Diagnostik-Fachlabor. Kunden erhalten hierbei einen ausführlichen Ergebnis- und Empfehlungsbericht. Anhand des Tests wird die Konzentration des 25-Hydroxy-Vitamin D (25-OH-D) im Kapillarblut bestimmt und ausgewertet. Dieses ist die Speicherform von Vitamin D und erlaubt eine präzise Aussage über den tatsächlichen Vitamin-D-Status im Körper.



Rund um die Uhr



einfach & schmerzfrei zu Hause durchführen



Keine An- und Abreise zum Arzt



umfangreicher Ergebnisbericht



Telefon-Hotline mit Experten



Ergebnisse innerhalb weniger Tage

### Warum ist Vitamin D so wichtig?

Laut Studien des Robert Koch-Instituts leiden 60% der Menschen in Deutschland unter einem Vitamin-D-Mangel. Dabei ist dieses Vitamin jedoch für viele Vorgänge im Körper unerlässlich.

Im Knochenstoffwechsel ist es für die Einlagerung von Calcium in die Knochen notwendig. Da Vitamin D der Strukturgruppe der Hormone angehört, übernimmt es zudem viele hormonelle Funktionen im Körper. Zum Beispiel ist es an Zellteilungs- und Zellreparaturmechanismen beteiligt. Die weite Verbreitung von Mangelzuständen in Deutschland und anderen nordeuropäischen Ländern resultiert daraus, dass die Vitamin-D-Versorgung nicht durch die Nahrung gedeckt werden kann. Ein Großteil wird über das Sonnenlicht gebildet, welches besonders in unseren nördlichen Breitengraden und im Büroalltag rar ist.

Als Konsequenz liegt die Vitamin-D-Konzentration bei vielen Menschen oftmals unter 31 Nanogramm pro Milliliter (ng/ml) und somit unterhalb der von Experten aus dem Fachgebiet der Orthomolekularen Medizin empfohlenen Mindestkonzentration. Der empfohlene Wert, welcher eine optimale Versorgung mit dem Hormon sicherstellt, liegt zwischen 40-60 ng/ml.

---

Ein Vitamin-D-Mangel lässt sich ohne einen Bluttest nicht nachweisen, da die Symptome von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich sein können. Jedoch geht ein anhaltender Mangel mit schwerwiegenden Folgen einher, wie zum Beispiel einem erhöhten Osteoporoserisiko. Deshalb ist eine regelmäßige Kontrolle des Vitamin-D-Spiegels sehr wichtig.

## Effekte von Vitamin D im Überblick

- Stärkung des Knochenbaus und Verhinderung von Knochenerweichung
- Stärkung von Muskelzellen und -fasern, sowie höhere Calcium-Freisetzung im Muskel
- Reduzierung des Auftretens einiger Krebserkrankungen
- Verminderung des Herzinfarkt- und Schlaganfall-Risikos sowie positive Auswirkung auf den Blutdruck
- positiver Einfluss auf die Lungenfunktion, Allergien, Asthma und das Immunsystem
- positive Auswirkung auf Haut und Haare
- Reduzierung der Entzündungsneigung
- Aktuelle Forschung hinsichtlich möglicher Verbesserung der emotionalen Verfassung und Prävention für Diabetes mellitus Typ 1 und Typ 2.

## Das Vitamin D Testkit besteht aus

- einer ausführlichen, bebilderten Anleitung, in der die gesamte Testdurchführung und die Online-Registrierung des Tests erklärt wird,
- dem Blutentnahme-Set, bestehend aus Transportröhrchen, Blutauffangröhrchen, 2 Lanzetten CE 0344, Pflaster, Tupfer und Desinfektionstuch,
- einem frankierten Rücksendeumschlag, in dem die Blutprobe kostenlos an das cerascreen-Labor gesendet wird,
- einer Aktivierungskarte mit Test-ID zur Registrierung des Tests.

## Wie funktioniert der Vitamin D Test?

cerascreen Tests sind schnell, einfach und sicher. Sie ermöglichen, aufgrund der Anwendung neuester laboranalytischer Verfahren, Blutanalysen mit Blutmengen von nur 300 µl, also nur ca. 8 Blutropfen aus dem Finger.

Mithilfe des Blutentnahmesets entnehmen Sie eine kleine Blutprobe aus dem Finger und schicken diese in dem beiliegenden Rücksendeumschlag kostenfrei an unser diagnostisches Fachlabor.

Dort wird die Konzentration an 25-OH-D im Kapillarblut bestimmt. Der persönliche Ergebnisbericht ist wenige Werktage später in Ihrem persönlichen Online-Kundenbereich einzusehen. Neben einer

---

detaillierten Auswertung des Testergebnisses wird eine individuell berechnete Empfehlung für die eventuell notwendige Einnahme von Vitamin-D-Präparaten zum Ausgleich bei einem Vitamin D-Mangel ausgesprochen.

### Für wen eignet sich der Vitamin D Test?

Der cerascreen Vitamin-D-Test ist geeignet für alle Personen, die von zu Hause aus ihren Vitamin-D-Spiegel testen möchten. Vor allem bei hauptsächlichem Aufenthalt im Büro ist keine ausreichende Eigenproduktion von Vitamin D durch das Sonnenlicht gegeben. Auch dunkelhäutige Menschen haben ein höheres Risiko, einen Vitamin-D-Mangel auszubilden, da aufgrund der höheren Pigmentierung der Haut weniger Vitamin D aus Sonnenlicht gebildet wird.

Weiterhin kommt es vermehrt im höherem Lebensalter zu Vitamin-D-Mängeln, da zum einen der Bedarf höher ist und zum anderen aufgrund der verminderten Hautdicke weniger Vitamin D gebildet wird. Daher ist die regelmäßige Kontrolle des Vitamin-D-Spiegels für ältere Menschen besonders wichtig.

### Alle Vorteile im Überblick

- individuelle Auswertung
- von Experten entwickelt
- sicher und vertraulich
- Analyse im Fachlabor
- eigener, sicherer Kundenbereich
- persönliche Beratung