

Pressemitteilung

zum kostenfreien Abdruck
wir bitten um Zusendung eines Belegexemplars

21. Januar 2021

Publikumspresse



TV-Wartezimmer Gesellschaft
für moderne Kommunikation
MSM GmbH & Co. KG

Raiffeisenstraße 31
D-85356 Freising
Tel. +49(0)81 61 - 4909-0
Fax +49(0)81 61 - 4909-330
info@tv-wartezimmer.de
www.tv-wartezimmer.de

Schweiz:
TV-Wartezimmer GmbH
Bahnhofstrasse 7
CH-6300 Zug

Österreich:
TV-Wartezimmer GmbH
Huemerstraße 21
A-4020 Linz

Sonnenstrahlung im Winter zu schwach

Knochen und Muskeln brauchen Vitamin D3

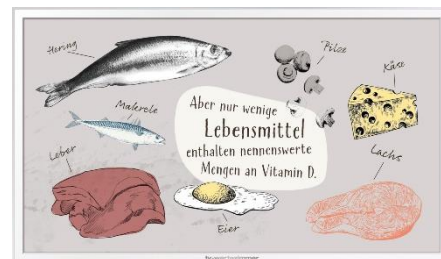


Für Knochen und Muskeln ist Vitamin D3 von großer Bedeutung, eine Unterversorgung kann gesundheitsschädlich sein. Wie der Mangel entsteht und wer betroffen sein kann, erläutert der neue TV-Wartezimmer-Film „Vitamin D3“.

Vitamin D sorgt dafür, dass der Körper Kalzium und Phosphat besser aus der Nahrung aufnehmen und in die Knochen einbauen kann. Aber nur wenige Lebensmittel enthalten nennenswerte Mengen an Vitamin D – unter anderem fetter Seefisch wie Lachs und Hering, Rinderleber, Speisepilze oder Eier. Doch der Körper kann Vitamin D auch

selbst bilden und im Fett- und Muskelgewebe speichern, dafür ist UV-B-Licht mit Wellenlängen von 290 nm-315 nm des Sonnenlichts nötig.

Doch in unseren Breitengraden ist diese Strahlung im Winter nicht mehr ausreichend. Hat der Körper im Sommer nicht genug Reserven angelegt, kann ein Vitamin-D-Mangel entstehen. „Eine zu geringe Vitamin-D-Versorgung über einen längeren Zeitraum kann zu Erkrankungen der Knochen führen, wie zum Beispiel Knochenerweichung, Verformungen, Knochenschmerzen oder Osteoporose!“, erklärt Markus Spamer, Gründer und Geschäftsführer von TV-Wartezimmer. Ein Mangel erhöht auch das Risiko für Schwangerschaftskomplikationen bei Mutter und Kind.



Bei Menschen, die sich selten im Freien aufhalten, bedingt beispielsweise durch Büroarbeit, Immobilität oder Pflegebedürftigkeit, oder die aus religiösen oder kulturellen Gründen nur mit bedeckter Haut ins Freie gehen, aber auch die bereits ein höheres Lebensalter oder eine dunklere Hautfarbe haben, an chronischen Magen-Darm, Leber- oder Nierenerkrankungen leiden oder bestimmte Medikamente benötigen – wie auch bei einer Chemotherapie – besteht ebenfalls ein erhöhtes Risiko für einen Vitamin-D-Mangel.

Dieser kann durch einen Bluttest festgestellt werden und bei zu niedrigen Werten kann Vitamin D als Nahrungsergänzungsmittel eingenommen werden. Um eine Überdosierung zu vermeiden, sollte aber ärztlicher Rat eingeholt werden.

(Fließtext: 1.942 Zeichen mit Leerzeichen)

Kontakt

Frauke Rösli
Pressereferentin
TV-Wartezimmer® GmbH & Co. KG
Raiffeisenstr. 31, D - 85356 Freising
Tel: 0049 - 8161 - 49 09-45
E-Mail: Frauke.Roesli@tv-wartezimmer.de

TV-Wartezimmer® GmbH & Co. KG

TV-Wartezimmer wurde 2003 von Markus Spamer in Freising, nördlich von München, gegründet und ist mittlerweile fast 8.000 installierten Systemen in Wartezimmern von Arztpraxen und Kliniken europäischer Marktführer in der Patientenaufklärung und -information. Zahlreiche Kooperationen mit Berufs- und Fachverbänden, Kammern und Ärztenetzen ebenso wie unabhängige Studien und Zertifizierungen belegen die Kompetenz des Unternehmens sowie den Nutzen für Patienten und Ärzte.

Weitere Informationen unter www.tv-wartezimmer.de

Kommanditgesellschaft Sitz München
Reg.-Ger. München, HRA 84468

Persönlich haftende Gesellschafterin:
Markus Spamer Medienbeteiligungs
GmbH, Sitz München
Reg.-Ger. München, HRB 153024

Geschäftsführer: Markus Spamer
Steuer Nummer: 115/178/52009
Int.-Steuer-Ident: DE238375674

Bankverbindungen:

Deutsche Apotheker- und Ärztebank
IBAN: DE96300606010008278156
BIC: DAAEDEDXXX

Volksbank Mittelhessen
IBAN: DE1151390000079358002
BIC: VBMHDE5F