

## **Vitamin D und kognitive Funktionen älterer Menschen (J Intern Med 277 (1): 45-57, 2015)**

Eine unzureichende Versorgung mit Vitamin D, die bei Menschen im Alter von 65 Jahren oder darüber häufig auftritt, ist mit zerebralen Veränderungen und Demenz assoziiert. Angesichts der sehr umfangreichen und komplexen Forschungsergebnisse auf diesem Gebiet benötigen Ärzte in Forschung und Klinik nach Auffassung der Autoren Handlungsempfehlungen für die Praxis. Im Rahmen einer Expertenkonferenz zur Rolle von Vitamin D für kognitive Funktionen älterer Menschen diskutierten und bewerteten Fachleute den aktuellen Stand der Forschung mit dem Schwerpunkt Vitamin D und Demenz. Die Vorgehensweise orientierte sich dabei an dem Delphi-Verfahren, einer mehrstufigen Befragungsmethode mit Rückkopplung.

Die Experten erzielten dahingehend Übereinstimmung, dass eine Hypovitaminose D das Risiko für kognitive Abbauprozesse und Demenzerkrankungen steigert und möglicherweise das klinische Erscheinungsbild als Folge von Begleiterkrankungen verändert. Der Vitamin D-Status kann nach bisherigem Erkenntnisstand allerdings nicht als diagnostischer oder prognostischer Marker für eine Alzheimer-Erkrankung dienen. Ältere Patienten sollten nach Auffassung der Experten auf einen Vitamin D-Mangel hin untersucht werden und ggf. Supplemente einnehmen – nicht nur im Hinblick auf kognitive Funktionen, sondern auch auf die zahlreichen anderen Funktionen von Vitamin D.

Die internationale Expertengruppe erreichte zur Bedeutung von Vitamin D für kognitive Funktionen in den oben genannten Punkten weitgehende Übereinstimmung. Sobald neue Studienergebnisse vorliegen, sollten die Empfehlungen entsprechend angepasst werden.

## **Einfluss einer Vitamin D-Supplementation auf die arterielle Gefäßsteifigkeit älterer Menschen (J Am Soc Hypertens 9 (3): 176-183, 2015)**

Da eine unzureichende Versorgung mit Vitamin D die Funktion und Elastizität arterieller Gefäße beeinträchtigen kann, untersuchten die Autoren dieser Studie den Einfluss von Vitamin D in zwei Dosierungen bei älteren Menschen mit 25-Hydroxy-Vitamin-D-Spiegeln (25(OH)D) < 50 nmol/l.