

02. Oktober 2025

## Vitamin D – kein Vitamin, sondern ein Hormon!

Vitamin D gehört zu den bekanntesten Vitaminen. Die Vorstellung ist, dass die «Sonne» uns hilft es selbst herzustellen. Doch die wissenschaftlichen Erkenntnisse zeigen, dass die Wirkung von Vitamin D vor allem über Rezeptoren verläuft und es somit zu den Hormonen zählt. Was genau bedeutet dies? Die Wirkungen sind vielfältig und viel vernetzter als sich viele das vorstellen.



### Kursinhalt

- Definition und Wirkung von Hormonen und Vitaminen
- Möglichkeit des Körpers, Vitamin D selbst zu synthetisieren
- Wirkungen und Wirkungsmechanismen von Vitamin D
- Besonderheiten der Labordiagnostik im Bereich von Vitamin D (Unterschied der verschiedenen Mess-Parameter, vor allem auch des freien Vitamin D)
- Dosierungsempfehlungen und optimale Kombinationen mit andern Mikronährstoffen

### Kursziel

Die Teilnehmenden

- kennen und verstehen den Begriff Vitamin und Hormon
- kennen und verstehen den Wirkungs- und Synthesemechanismus von Vitamin D
- kennen und verstehen Anwendungsgebiete, vor allem auch im Sinne der Prävention kennen und verstehen Möglichkeiten der Labordiagnostik
- können das Gelernte Anwenden und indikationsspezifische Beratungen zum Thema Vitamin D durchführen

## ONLINE-KURS

### Dozent

Dr. Simon Feldhaus

### Kursinfo

Online-Kurs

3 Kursstunden | max. 50 Teilnehmende

### Voraussetzung

TherapeutIn mit medizinischem Wissen

📅 Donnerstag, 02. Oktober 2025

🕒 19.00 – 22.00 Uhr

📍 Wo immer Sie möchten, mit Ihrem Computer oder Laptop

👤 vdms-asmm-Mitglieder CHF 90.00

👤 Nichtmitglieder CHF 150.00

**Der Online-Kurs wird über das Programm Zoom durchgeführt.**

**Sie erhalten vor Kursbeginn den Zugangslink per E-Mail zugestellt.**