

14/2019 - Vitamin D bei Unfruchtbarkeit

Vitamin D bei Unfruchtbarkeit

Vitamin D, das Sonnenhormon, ist an einer Vielzahl von Prozessen im Körper beteiligt. So könnte es auch eine Wirkung auf die Sexualhormone und somit auch auf die Fruchtbarkeit haben. Studien beschäftigten sich mit Vitamin D sowohl bei unfruchtbaren Männern und Frauen als auch bei Frauen mit PCO-Syndrom.

Eine Studie untersuchte 330 unfruchtbare Männer, die 150 Tage lang Vitamin-D-Präparate oder ein Placebo einnahmen. Bei den Männern, die Vitamin D einnahmen, verbesserte sich die Konzentration des Vitamin D im Blut. Bei den Partnerinnen der Männer kam es häufiger zu Lebendgeburten.

Eine andere Studie untersuchte Vitamin D bei Frauen mit PCO-Syndrom. Frauen mit Vitamin-D-Mangel hatten eine geringere Wahrscheinlichkeit für einen Eisprung und eine Lebendgeburt als Frauen mit PCO-Syndrom, aber ohne Vitamin-D-Mangel. Bei Frauen mit ungeklärter Fruchtbarkeit hatte Vitamin D keinen Einfluss. In beiden Gruppen war das Risiko für eine Fehlgeburt bei Vitamin-D-Mangel höher.

Hier die Studien im Detail:

- [Vitamin D beeinflusst Lebendgeburten und Inhibin B - aber nicht die Spermienzahl](#)
- [Mangel an Vitamin D erschwert Fruchtbarkeitsbehandlung](#)