

Verisana GmbH • Jungfernstieg 38 • 20354 Hamburg

Markus Mustermann  
Musterstr. 1  
12345 Musterstadt  
Deutschland

**Name, Vorname** Mustermann, Markus

**Geburtsdatum** 01.01.1973

**Geschlecht** männlich

**Befund-ID** 4-3568

**Bericht erstellt am** 10.05.2019

## Laborbericht


Anbei senden wir Ihnen die Ergebnisse Ihrer Laboruntersuchung. Bitte beachten Sie, dass die getesteten Parameter lediglich als Interpretationshilfe dienen können und gesundheitliche Beschwerden von einem Arzt oder Heilpraktiker behandelt werden sollten. Wir warnen ausdrücklich davor, ohne medizinischen Rat eine Medikation oder Therapie zu beginnen, auszusetzen oder zu verändern. Bei Fragen zur Therapie wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Heilpraktiker.

**Test:** Vitamin D

**Probenmaterial:** Kapillarblut

**Abnahmedatum:** 01.05.2019

**Eingangsdatum:** 03.05.2019

Untersuchung	Ergebnis	Normbereich	Ergebnis
<b>Vitamine</b>			
Vitamin D	90 ng/ml	30-100 ng/ml	

### Vitamin D

In Ihrer Blutprobe wurde ein ausreichender Vitamin-D-Spiegel gemessen. Werte zwischen 30 und 100 ng/ml deuten auf eine ausreichende Vitamin-Versorgung hin. Welcher Wert genau optimal für unsere Gesundheit ist, darüber wird auch in der Wissenschaft immer noch diskutiert und die Angaben stetig korrigiert. Nach der aktuell am häufigsten vertretenen Expertenmeinung wären Werte im Bereich zwischen 40 und 80 ng/ml ideal.

Vitamin D bezeichnet eine Gruppe fettlöslicher Vitamine, dessen für den Menschen wichtigster Vertreter das Vitamin D3 ist. Vitamin D spielt eine besondere Rolle bei der Knochenmineralisierung, indem es unter anderem die Aufnahme von Calcium aus dem Darm und den Einbau in die Knochen unterstützt. Außerdem ist das Vitamin an wichtigen Stoffwechselfvorgängen und an der Bildung von Proteinen beteiligt.

Verisana GmbH

Jungfernstieg 38  
20354 Hamburg

Postfach 201164  
20201 Hamburg

Email: [kontakt@verisana.de](mailto:kontakt@verisana.de)

Tel: +49 (0)40 537976958

Fax: +49 (0)40 537976959

[www.verisana.de](http://www.verisana.de)

Name, Vorname	Geburtsdatum	Befund-ID	Bericht erstellt am
Mustermann, Markus	01.01.1973	4-4318	10.05.2019

Vitamin D kann entweder vom Körper selbst produziert oder mit der Nahrung aufgenommen werden. Eine ausreichende Versorgung durch Nahrungsmittel ist allerdings schwierig, da nur wenige Lebensmittel nennenswerte Mengen an Vitamin D enthalten.

Dieser Befund wurde elektronisch erstellt und ist daher auch ohne Unterschrift gültig.