



Mit der Sonne schalten Spermien den Turbo ein

Studie belegt: Angemessene Vitamin D-Versorgung verschafft Spermien einen Vorsprung an Beweglichkeit, Geschwindigkeit und Durchschlagskraft

Veldhoven, 19. Mai 2011 (SRF) Männer, die per Sonne oder unter dem Solarium viel Vitamin D tanken, verschaffen ihren Spermien einen Vorsprung an Beweglichkeit, Geschwindigkeit und Durchschlagskraft. Zu diesem Befund kommen Wissenschaftler der Universität von Kopenhagen in einer Studie, in der die Rolle des Vitamins D bei der menschlichen Spermienbildung beleuchtet wird.

Für ihre Untersuchung hatten die Wissenschaftler 300 zufällig ausgewählte Männer auf die Qualität ihrer Spermien getestet und bei weiteren 40 Teilnehmern eine Detailanalyse der Spermien im Labor durchgeführt. Gleichzeitig wurde der Vitamin D-Spiegel im Blut gemessen.

Fast die Hälfte der Männer wies einen zu niedrigen Vitamin D-Spiegel auf, der unter 50 nmol/l lag. Der von den meisten Experten empfohlene optimale Vitamin D-Wert liegt bei mindestens 75 nmol/l. Die Spermien der Männer mit höheren Vitamin D-Werten zeigten deutlich bessere Leistungen, was ihre Beweglichkeit und Geschwindigkeit anbelangt. Auch die Zahl der gesunden Spermien lag bei den Männern mit Vitamin D-Mangel weit unter denen der Teilnehmer mit normalen Werten. Die Kalzium-Aufnahme war ebenso reduziert wie die für das Durchdringen der weiblichen Eizelle wichtige Akrosom-Reaktion. In den Labor-Untersuchungen kamen die Tests zu ähnlichen Ergebnissen.

Das Sunlight Research Forum (SRF) ist eine Non-Profit-Organisation mit Sitz in den Niederlanden. Ihr Ziel ist es, die neuesten medizinischen und wissenschaftlichen Erkenntnisse über die Effekte maßvoller UV-Strahlung auf den Menschen einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen.

Studie:

Martin Blomberg Jensen et al. (University Department of Growth and Reproduction, Rigshospitalet, Copenhagen, Denmark): "Vitamin D is positively associated with sperm motility and increases intracellular calcium in human spermatozoa"; in: Human Reproduction, 22 March 2011

Medienkontakt:

Ad Brand

Sunlight Research Forum (SRF)

Tel.: +31 (0)651 358 180

info@sunlightresearchforum.eu

www.sunlightresearchforum.eu