

# Berechnung der Vitamin D-Initialdosis I.E.

Zielwert: 100 nmol/l

Körpergewicht	50	55	60	65	70	75	80	85	90	100	110	120
Ausgangswert Vitamin D in nmol/l												
10	180.000	198.000	216.000	234.000	252.000	270.000	288.000	306.000	324.000	360.000	396.000	432.000
15	170.000	187.000	204.000	221.000	238.000	255.000	272.000	289.000	306.000	340.000	374.000	408.000
20	160.000	176.000	192.000	208.000	224.000	240.000	256.000	272.000	288.000	320.000	352.000	384.000
25	150.000	165.000	180.000	195.000	210.000	225.000	240.000	255.000	270.000	300.000	330.000	360.000
30	140.000	154.000	168.000	182.000	196.000	210.000	224.000	238.000	252.000	280.000	308.000	336.000
35	130.000	143.000	156.000	169.000	182.000	195.000	208.000	221.000	234.000	260.000	286.000	312.000
40	120.000	132.000	144.000	156.000	168.000	180.000	192.000	204.000	216.000	240.000	264.000	288.000
45	110.000	121.000	132.000	143.000	154.000	165.000	176.000	187.000	198.000	220.000	242.000	264.000
50	100.000	110.000	120.000	130.000	140.000	150.000	160.000	170.000	180.000	200.000	220.000	240.000
55	90.000	99.000	108.000	117.000	126.000	135.000	144.000	153.000	162.000	180.000	198.000	216.000
60	80.000	88.000	96.000	104.000	112.000	120.000	128.000	136.000	144.000	160.000	176.000	192.000
65	70.000	77.000	84.000	91.000	98.000	105.000	112.000	119.000	126.000	140.000	154.000	168.000
70	60.000	66.000	72.000	78.000	84.000	90.000	96.000	102.000	108.000	120.000	132.000	144.000
75	50.000	55.000	60.000	65.000	70.000	75.000	80.000	85.000	90.000	100.000	110.000	120.000
80	40.000	44.000	48.000	52.000	56.000	60.000	64.000	68.000	72.000	80.000	88.000	96.000
85	30.000	33.000	36.000	39.000	42.000	45.000	48.000	51.000	54.000	60.000	66.000	72.000
90	20.000	22.000	24.000	26.000	28.000	30.000	32.000	34.000	36.000	40.000	44.000	48.000

Die Tabelle zeigt die Vitamin D-Initialdosis in Abhängigkeit des aktuellen Vitamin D-Spiegels und des Körpergewichtes.

Die Initialdosis sollte über einen Zeitraum von ca. 10 Tagen eingenommen werden, z. B. 200.000 I.E. entspricht 10 Kps. Dekristol 20.000 I.E. über 10 Tage, jeweils 1 Tablette pro Tag. Danach sollte die Erhaltungstherapie mit 2.000 - 4.000 I.E. Vitamin D (40-60 I.E./kg Körpergewicht) fortgeführt werden. Kontrolle des Vitamin D-Status nach 8 Wochen.

**Rechtlicher Hinweis: Wenn Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.**