

Attention au surdosage !

Le bon dosage est très important lorsque l'on prend de la vitamine D sous forme de complément alimentaire, car un surdosage peut avoir des conséquences négatives comme un taux de calcium élevé dans le sang, des nausées et des problèmes rénaux.

Un test de carence en vitamine D permet d'y voir plus clair.

Comment puis-je me faire tester ?

Il existe déjà des tests pratiques à réaliser chez soi, comme le **Test AProof® Vitamine D**. Quelques gouttes de sang que vous prélevez au bout du doigt sont suffisantes. Ensuite, il vous suffit d'envoyer l'échantillon sans frais de port au laboratoire spécialisé **AProof®** qui se charge de l'analyse.

Le résultat est disponible en ligne seulement quelques jours après réception de l'échantillon. Votre résultat médical contient la mesure quantitative du taux de 25-OH-vitamine D2 et D3 en ng/ml et en nmol/ml.



Test AProof® Vitamine D
Kit de prélèvement d'échantillon

Infos supplémentaires et commande sur :
www.aproof.de

CONTACT

Laboratoire de diagnostic dentaire

Institut für Angewandte Immunologie IAI AG
Eschenweg 6, 4528 Zuchwil, Suisse

Numéro gratuit : 00800 32 32 62 62

Tél. : 0041 32 685 54 62

Fax : 0041 32 685 54 92

E-mail : info@institut-iai.ch

www.institut-iai.ch

Cachet du cabinet

Kit de test **iai**
avec tous les documents
nécessaires et le matériel de
prélèvement



iai Institut für Angewandte
Immunologie

PadoTest®



La vitamine D et ses multiples bienfaits

**LA VITAMINE D :
TOUT LE MONDE EN PARLE**

Informations importantes pour les patients

VITAMINE D

Pour des dents solides et des gencives saines

La vitamine D, c'est quoi ?

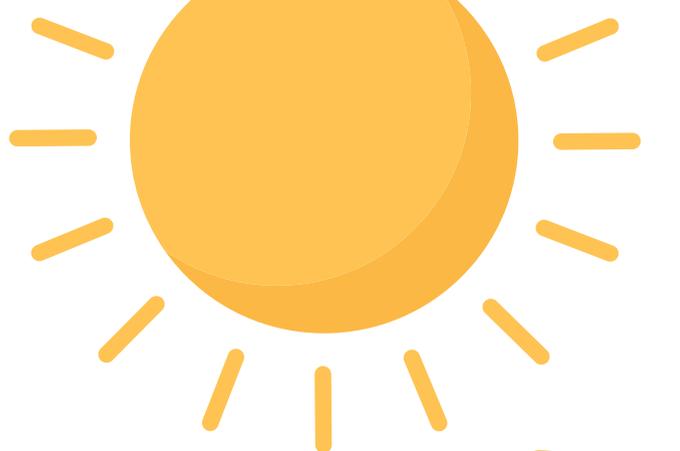
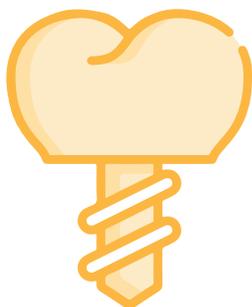
La vitamine D est une vitamine liposoluble qui agit comme une hormone. On fait la distinction entre deux sous-groupes :

- ☀️ la **vitamine D2** (ergocalciférol) est présente dans les plantes
- ☀️ la **vitamine D3** (cholécalfiérol) est produite par le corps et on la trouve aussi dans les aliments d'origine animale

Quelles fonctions la vitamine D régule-t-elle dans le corps ?

- ☀️ Absorption de calcium et de phosphore (pour des os et des dents solides)
- ☀️ Stabilisation du taux de calcium
- ☀️ Lutte contre les inflammations
- ☀️ Impact sur la santé psychique
- ☀️ Régulation de la glycémie
- ☀️ Renforcement et développement musculaire

Demandez des précisions à votre dentiste sur le lien entre la vitamine D et la santé buccale.



Vitamine D et maladies parodontales

La « vitamine du soleil » participe à de nombreuses fonctions du métabolisme dans le corps et joue un rôle important dans la conservation de la substance osseuse ainsi que dans l'augmentation de l'immunité du corps. De plus, la vitamine D a un effet anti-inflammatoire. C'est pourquoi un taux suffisant de vitamine D constitue une condition primordiale pour les patients souffrant de maladies parodontales : elle améliore leurs défenses immunitaires pour lutter contre les bactéries parodonto-pathogènes. Un apport suffisant en vitamine D s'accompagne donc d'une meilleure réponse thérapeutique.

La vitamine D en implantologie

En implantologie, la vitamine D est considérée comme une base essentielle pour une densité osseuse élevée, une formation osseuse renforcée et la lutte contre la résorption osseuse. Un déficit en vitamine D peut entraîner une mauvaise guérison et la perte précoce de l'implant.

LA CARENCE EN VITAMINE D en Allemagne

Dans le cadre d'une étude, l'Institut Robert Koch (RKI) s'est penché sur l'apport en vitamine D en Allemagne et est arrivé à la conclusion que **seulement 38,4 % des adultes entre 18 et 79 ans ont un apport suffisant en vitamine D.**

Étant donné que l'apport en vitamine D ne peut être assuré que dans une moindre proportion même avec une alimentation équilibrée, la prise de vitamine D en tant que complément est nécessaire en cas de carence.

Taux de vitamine D

Important :

Le taux de vitamine D est toujours mesuré dans le sang. Le bon dosage des compléments alimentaires peut être déterminé sur la base de l'analyse de votre taux de vitamine D.

Concentration de vitamine D	Évaluation
< 20 ng/ml	Carence en vitamine D
20 bis < 30 ng/ml	Apport en vitamine D potentiellement insuffisant
30 bis 60 ng/ml	Bon apport en vitamine D
> 60 ng/ml	Apport en vitamine D potentiellement excessif