

# Was sind IE/IU?

Dies ist die Einheit in der die Zusatzstoffe z.B. Vitamine oder sonstige Zusatzstoffe angegeben werden.

Meist werden die Vitamine in IE/kg angegeben. Es ist zu beachten, dass die Zusatzstoffe aus natürlichen Quellen stammen und nicht chemisch hergestellt werden.

IE = Internationale Einheit

IU = international Unit (Englische Bezeichnung)

## Definition von den IE/IU lt Wikipedia.

Definiertes Maß eines Wirkstoffes (z.B. eines Medikamentes oder Vitamins) als vergleichbare Bezugsgröße.

Insulin ist eines der Medikamente, dessen Dosierung in Einheiten angegeben wird. Die Abkürzung I.E. (oder englisch I.U.: U = unit = Einheit) bedeutet "Internationale Einheit", womit ausgedrückt werden soll, dass Einheit in allen Ländern gleich definiert ist.

Der Begriff I.E. darf nicht als Mengenangabe verstanden werden. In Abhängigkeit von der Konzentration kann z.B. 1 ml Insulin 40 E oder aber auch 100 E enthalten. Die sog. "40er" Insuline (1 ml = 40 I.E. Insulin) sind in Deutschland weit verbreitet, in den angloamerikanischen Ländern sind die "100er" Insuline (1 ml = 100 I.E. Insulin) gebräuchlicher. Damit sofort erkennbar wird, welche Insulinkonzentration vorliegt, enthalten alle Packungen folgende Aufdrucke: U 40 bedeutet, es handelt sich um ein Insulin, das 1 ml 40 E enthält. Entsprechend enthält U 100 in 1 ml 100 E.

## Erklärung:

Beispiel 200 IE/kg Vitamin D

In einem kg ist der Wirkstoff von 200IE Vitamin D enthalten. Es wird aber nicht angegeben wieviel Gramm oder Milliliter nötig waren um diese Konzentration zu erhalten.

Wenn hochdosierte Vitamine verwendet werden muss weniger verwendet werden, bei niedrigerdosierten muss mehr verwendet werden.

In beiden Fällen ist aber die Wirkung die gleiche.