

VITAMINS

VITAMIN D VERGIFTUNG BEI WEIDETIEREN

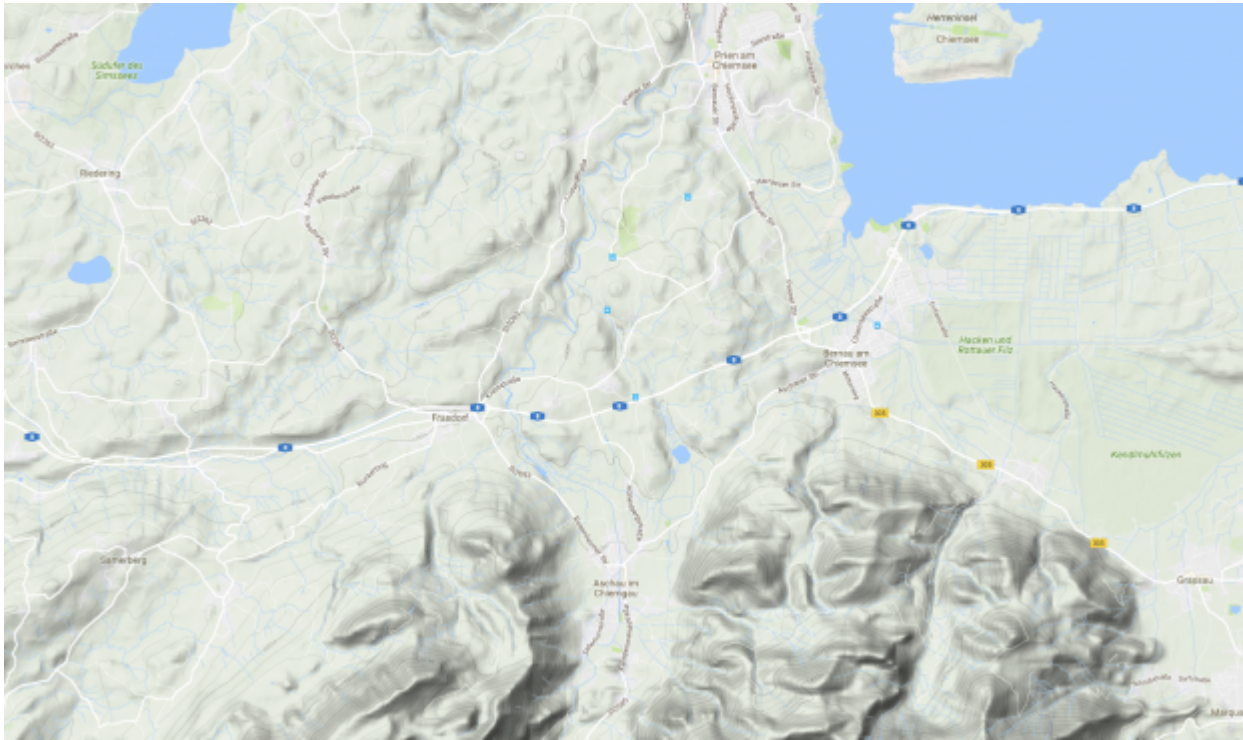
24.10.2016

Auch Kühe können erhöhte Vitamin D Werte haben, wenn sie Goldhafer fressen, der ab 500m im alpinen Raum auftritt.

Trisetum flavescens / Goldhafer ist zwar kein bevorzugtes Futter und wird nur gefressen, wenn das Angebot von anderen Gräsern knapp ist. Der Hafer enthält aber Calcitriol, das aktive Vitamin D Hormon (ansonsten kommt Vitamin D in der Nahrungskette nur als Ergocalciferol in sonnenbestrahlten Steinpilzen, Pfifferling, Spinat, einigen Kohlarten und Hefe vor. Lebensmittel mit hohem Gehalt tierischen Ursprungs sind Eiernereier, fettreiche Fische wie Lachs, Forelle, Thunfisch).

Sensationell ist jedenfalls der Hormongehalt des Hafers, den es sonst in keinem Lebensmittel gibt. Das [bayrische Landesamt für Umwelt 2007](#) weiss auch, wo besonders viel Goldhafer in Bayern zu finden ist – südlich des Chiemsees

Einziger Fundort [von *Trisetum flavescens* ssp. *purpurascens* (Goldhafer)] im Landkreis am Sagberg bei Frasdorf in Goldhaferwiesen bei 820 m, an den rotbraunen, kräftigen Fruchtständen und kräftigeren Blattspreiten gut kenntliche Unterart des Goldhafers, bisher nur bekannt und zahlreich nachgewiesen aus höheren Lagen der Allgäuer Alpen. Außerhalb davon nur noch drei Meldungen aus tieferen Lagen im Rahmen der ABK (außer diesem sonst nur noch Einzelnachweise aus den Landkreisen Lindau und Garmisch-Partenkirchen).



CC-BY-NC Science Surf accessed 11.01.2026 