

SONNEN**News** vom 24. Juni 2010

„Blass is beautiful!?“ Eher ein Karriere-Killer!

Weil sie den Unken-Rufen Ihres Dermatologen geglaubt hatte, wäre die glanzvolle Hollywood-Karriere von *Gwyneth Paltrow* um ein Haar abrupt zu Ende gewesen. Jetzt scheint ihr wieder die Sonne.



Der Hollywood-Star und Oscar-Gewinnerin mit dem Film "Shakespeare in Love" erfuhr auf die harte Tour, was Sonnen-Entzug und Vitamin D-Mangel bedeuten kann.

Wie sie in Ihrem Newsletter *GOOP* berichtet, erlitt sie vor einiger Zeit völlig unvermutet einen Schienbein-Bruch, der operiert werden musste. Bei der Messung der Knochendichte stellte der Orthopäde eine Osteopenie fest, die

Vorstufe des Knochenschwunds, der Osteoporose.

Als Ursache wurde ein extrem niedriger Vitamin D-Spiegel festgestellt. Der Star hatte die ständigen düsteren Warnungen vor den gefährlichen Sonnenstrahlen allzu ernst genommen und die Sonne gemieden.

Jetzt schreibt sie in ihr Online-Tagebuch: *"Meine Ärzte in New York verschrieben mir Vitamin D und gaben mir den Rat, etwas Zeit an der Sonne zu verbringen. Ich hatte doch große Zweifel, ob das sicher war. Immerhin war mir viele Jahre lang gesagt worden, ich sollte mich von den gefährlichen Strahlen der Sonne fernhalten. Da war ich doch ziemlich durcheinander. Immerhin sind wir alle ja gut geschult in dem Glauben, dass der Aufenthalt an der Sonne gefährlich ist."*

Sie holte sich Rat bei einem New Yorker Spezialisten, *Dr. Frank Lipman*, der ihr die Gefahren des Vitamin D-Mangels und die heilende Wirkung der Sonne erklärte und ihr riet: *"ein paar Sommer-Sonnenstrahlen einzufangen."*

Gwyneth Paltrow hat mit ihren Knochen und mit ihrem Vitamin D-Spiegel nach eigener Aussage seither keine Probleme mehr. Die nächste Oscar-Party kann kommen!.

Quelle: Hollywood.com/GOOP.com