

Vitamino D trūkumas ir COVID-19



Ar vartojant vitamino D papildomai galima išvengti infekcijos virusu, sukeliančiu koronaviruso ligą 2019 (COVID-19)?

Williamo F. Marshall, III M. M., Mayo Clinic

Santrumpa: Vitamino D trūkumas didina blogesnę COVID-19 eigą, vitamino D trūkumas labiau būdingas vyresniems žmonėms, kurių KMI yra 30 ir daugiau.

Remiantis Nacionalinių sveikatos institutų ir Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, nėra pakankamai duomenų, kad būtų galima rekomenduoti naudoti vitaminą D siekiant užkirsti kelią virusui, sukeliančiam COVID-19, arba gydyti COVID-19.

Keli naujausi tyrimai apžvelgė vitamino D poveikį COVID-19. Vieno tyrimo, kuriame dalyvavo 489 žmonės, metu nustatyta, kad tiems, kuriems buvo vitamino D trūkumas, viruso, sukeliančio COVID-19, testas buvo teigiamas labiau nei žmonėms, kurių vitamino D kiekis buvo normalus.

Kituose tyrimuose buvo pastebėtas didelis vitamino D trūkumas žmonėms, sergantiems COVID-19 ir patyrusiems ūminį kvėpavimo nepakankamumą. Šiems žmonėms buvo žymiai didesnė rizika mirti. Nedidelis, atsitiktinių imčių tyrimas parodė, kad iš 50 žmonių, hospitalizuotų naudojant COVID-19, kuriems buvo skirta didelė vitamino D (kalcifediolio) rūšies dozė, intensyviosios terapijos skyriuje reikėjo gydyti tik vieną. Priešingai, tarp 26 žmonių, sergančių COVID-19, kuriems nebuvo paskirtas kalcifediolis, 13 teko gydyti intensyviosios terapijos skyriuje.

Be to, vitamino D trūkumas yra įprastas JAV, ypač tarp ispanų ir juodaodžių. COVID-19 neproporcingai paveikė šias grupes. Vitamino D trūkumas taip pat labiau būdingas vyresniems žmonėms, žmonėms, kurių kūno masės indeksas yra 30 ar didesnis (nutukimas) ir žmonėms, turintiems aukštą kraujospūdį (hipertenzija). Šie veiksniai taip pat padidina sunkių COVID-19 simptomų riziką.

Tačiau pastaraisiais metais du atsitiktinių imčių klinikiniai tyrimai, kuriuose buvo tiriamas vitamino D papildų poveikis, turėjo mažiau vilčių teikiančių rezultatų. Abiejų tyrimų metu didelės vitamino D dozės buvo skiriamos žmonėms, turintiems vitamino D trūkumą ir sunkiai sergantiems - ne COVID-19. Vitaminas D nesumažino jų buvimo ligoninėje trukmės ar jų mirtingumo, palyginti su tais, kurie vartojo placebo.

Norint nustatyti, kokį vaidmenį vitamino D ir vitamino D trūkumas gali atlikti COVID-19 prevencijoje ir gydyme, reikia atlikti tolesnius tyrimus.

Tuo tarpu, jei trūksta vitamino D, pasitarkite su savo gydytoju, ar papildas jums gali būti tinkamas. Jei nerimaujate dėl vitamino D lygio, pasitarkite su gydytoju.

Kokie preparatai turi Vitamino D: Orthomol Immun,

(vitaminas d, vitamino d trūkumas, d vitamina, vitam8na d , vitamino d trūkumas, vitaminas d3, vitaminas d ampulė, vitamino d ampulė, vitaminas d ampulės, vitamino d trūkumas , vitamino d kaina ,vit d trūkumas