

آیا ویتامین دی با شدت بیماری کرونا ارتباط دارد؟

نتایج مطالعه جدیدی در ایالات متحده آمریکا نشان داد که احتمالا بین کمبود ویتامین دی در بدن و ابتلای شدید به کووید ۱۹ رابطه‌ای وجود دارد.



نتایج مطالعه جدیدی در ایالات متحده آمریکا نشان داد که احتمالا بین کمبود ویتامین دی در بدن و ابتلای شدید به کووید ۱۹ رابطه‌ای وجود دارد. مطالعه دیگری که همزمان از سوی محققان بنیاد تراست بیمارستان ملکه الیزابت و دانشگاه انگلیای شرقی بریتانیا با بررسی داده‌های ۲۰ کشور اروپایی انجام شد، نتیجه مشابهی را اعلام کرده است. پایگاه خبری تحلیلی انتخاب: به گزارش یورونیوز، نتایج مطالعه جدیدی در ایالات متحده آمریکا نشان داد که احتمالا بین کمبود ویتامین دی در بدن و ابتلای شدید به کووید ۱۹ رابطه‌ای وجود دارد.

مطالعه دیگری که همزمان از سوی محققان بنیاد تراست بیمارستان ملکه الیزابت و دانشگاه انگلیای شرقی بریتانیا با بررسی داده‌های ۲۰ کشور اروپایی انجام شد، نتیجه مشابهی را اعلام کرده است.

ویتامین دی که ویتامینی محلول در چربی است، نقشی اساسی در تقویت واکنش‌های ایمنی بدن دارد و از آنجا که در حال حاضر معمولا مواد غذایی مورد استفاده توسط انسان‌ها از ویتامین دی کافی برخوردار نیست، افراد برای تامین ویتامین دی، وابسته به اشعه ماوراء بنفش خورشید هستند. از سوی دیگر مکمل‌های غذایی نیز می‌توانند سطح ویتامین دی بدن را افزایش دهند.

پیش از این در متاآنالیزی که در سال ۲۰۱۷ با اطلاعات ۱۱ هزار بیمار در ۱۴ کشور انجام شد، محققان تاکید کردند که ویتامین دی و مکمل‌های آن می‌تواند از عفونت‌های حاد تنفسی جلوگیری کند. نتیجه این تحقیق نشان داد که مصرف روزانه قرص ویتامین دی می‌تواند باعث کاهش عفونت‌ها شود؛ بنابراین طبق تحقیقات چند گروه پژوهشی در سراسر دنیا بسیار محتمل است که ویتامین دی در عفونت‌های مربوط به ویروس جدید کرونا نقش محافظتی داشته باشد.

به این منظور یک گروه تحقیقاتی به سرپرستی دکتر فرانک لائو، از دپارتمان جراحی مرکز علوم پزشکی دانشگاه ایالتی لوئیزیانا مطالعات گسترده‌ای را در این زمینه بر روی مبتلایان به کووید ۱۹ آغاز کردند.

بررسی داده‌های ثبت شده از بیماران در مراکز درمانی این ایالت نشان دهنده کمبود قابل توجه سطح ویتامین دی در بدن آن‌ها بوده است.

این سطح کمبود در ۸۴.۶ درصد از مبتلایان بخش مراقبت‌های ویژه (ICU) و ۵۷.۱ درصد از مبتلایان کووید ۱۹ در دیگر بخش‌های بیمارستانی، دست کم بین ۳۰ تا ۴۰ درصد بوده است.

نکته دیگر اینکه ۱۰۰ درصد بیماران بخش مراقبت‌های ویژه که سنی کمتر از ۷۵ سال داشتند نیز دچار کمبود ویتامین دی بودند.

از سوی دیگر کارلوس کامارگو پژوهشگر تحقیق دوم که در بریتانیا منتشر شده است، درباره نتایج پژوهش گروه خود گفت: «بیشتر مردم می‌دانند که ویتامین دی برای سلامت استخوان و ماهیچه‌ها حیاتی است. تجزیه و تحلیل ما نشان داده است که ویتامین دی برای مقابله با بیماری‌های حاد تنفسی نقش مثبت دارد.»

سطح متوسط و مورد نیاز هر فرد به ویتامین دی حدود ۵۶ نانومول در لیتر است. میانگین سطح ویتامین دی در سالمندان اسپانیایی، ایتالیایی و کشورهای شمال اروپا به ترتیب ۲۶ نانومول در لیتر، ۲۸ نانومول در لیتر و ۴۵ نانومول در لیتر برآورد شده است. سطح زیر ۳۰ نانومول در لیتر به معنی کمبود شدید این ویتامین در بدن است.

در خانه‌های سالمندان سوئیس میانگین ویتامین دی ۲۳ نانومول در لیتر تخمین زده شده است. گزارش‌های اخیر نشان می‌دهد تقریباً نیمی از کسانیکه در کانتون تیچینو سوئیس در اثر کووید ۱۹ جان باخته‌اند افراد ساکن خانه سالمندان بوده‌اند.

نتایج تحقیقات نشان می‌دهد با وجود اینکه در کشورهای اسکانداوی و شمال اروپا روزهای آفتابی کم است، اما به دلیل سیاست‌های غذایی دولت‌های این کشورها در اضافه کردن ویتامین دی به مواد غذایی، سطح این ویتامین در بدن شهروندان این کشورها بالا است. از طرف دیگر داده‌های جهانی درباره میزان شیوع ویروس کرونا در این کشورها نشان می‌دهد که شهروندان کمتری در شمال اروپا به نسبت کشورهای جنوبی‌تر به بیماری کووید ۱۹ مبتلا شده‌اند.

علاوه بر این دو تحقیق، مطالعه مشابهی نیز در کالج ترینیتی دوبلین ایرلند انجام شده که این مطالعه نیز به تاثیر ویتامین دی در شدت عفونت در کسانیکه مبتلا به کووید ۱۹ شده‌اند اشاره کرده است.

غلات و برخی سبزیجات، کره، روغن کبد ماهی، زرده تخم مرغ، خامه، جگر، ماهی سردین و ... حاوی مقادیر زیادی از ویتامین دی هستند.