

ارتباط خس خس سینه با کمبود ویتامین K

یک مطالعه جدید نشان داده است که سطوح پایین ویتامین K با مشکلات ریوی و خس خس سینه مرتبط است.



یک مطالعه جدید نشان داده است که سطوح پایین ویتامین K با مشکلات ریوی و خس خس سینه مرتبط است. به گزارش ایسنا و به نقل از نیو اطلس، یک مطالعه جدید نشان داده در افرادی که سطح ویتامین K در خون شان پایین است، احتمال کاهش عملکرد ریه و گزارش مشکلات ریوی مانند آسم، بیماری مزمن انسدادی ریه (COPD) یا خس خس سینه بیشتر است.

ویتامین K که در سبزیجات برگ دار، روغن های گیاهی و غلات یافت می شود، پروتئین های مورد نیاز برای لخته شدن خون و ساخت استخوان را تولید می کند. با این حال، آنچه مشخص نیست، نقش ویتامین K در سلامت ریه است. اکنون یک مطالعه جدید توسط پژوهشگران بیمارستان دانشگاهی کپنهاگ و دانشگاه کپنهاگ در دانمارک، رابطه بین سطح ویتامین K و عملکرد ریه را بررسی کرده است.

تورکیل یسپرسن (Torkil Jespersen) نویسنده اصلی این مطالعه می گوید: ما قبلاً می دانستیم که ویتامین K نقش مهمی در خون دارد و تحقیقات نشان می دهد که در سلامت قلب و استخوان نیز مهم است، اما تحقیقات بسیار کمی در مورد ارتباط ویتامین K با ریه ها انجام شده است.

وی افزود: طبق اطلاعات ما، این اولین مطالعه در مورد ویتامین K و عملکرد ریه در یک جمعیت عمومی بزرگ است. نتایج ما نشان می دهد که ویتامین K می تواند در حفظ سلامت ریه های ما نقش داشته باشد.

پژوهشگران ۴۰۹۲ نفر از ۲۴ تا ۷۷ سال را برای مطالعه خود انتخاب کردند. شرکت کنندگان آزمایش عملکرد ریه به نام اسپیرومتری را انجام دادند که شامل اندازه گیری مقدار هوایی است که فرد می تواند در یک ثانیه استنشاق کند (FEV۱) و حجم کل هوایی که می تواند پس از عمیق ترین نفس ممکن (ظرفیت حیاتی اجباری یا FVC) به زور بازدم کند.

همچنین از آنها نمونه خون گرفته شد و پرسشنامه های مربوط به سلامت و سبک زندگی را تکمیل کردند. آزمایش خون شامل نشانگر کمبود ویتامین K موسوم به dp-ucMGP بود.

پژوهشگران دریافتند که به طور متوسط، شرکت کنندگانی با سطوح بالای پلاسمای dp-ucMGP که نشان دهنده سطوح پایین ویتامین K است، FEV۱ و FVC کمتری داشتند. همچنین احتمال بیشتری داشت که بگویند از بیماری مزمن انسدادی ریه (COPD)، آسم یا خس خس سینه رنج می برند.

یسپرسن گفت: یافته های ما به خودی خود توصیه های فعلی برای دریافت ویتامین K را تغییر نمی دهند، اما نشان می دهند که ما به تحقیقات بیشتری در مورد اینکه آیا برخی از افراد، مانند افرادی که بیماری ریه دارند، می توانند از مکمل های ویتامین K بهره ببرند یا خیر، نیاز داریم.

پژوهشگران در حال حاضر در حال انجام یک کارآزمایی بالینی هستند که مکمل های ویتامین K را با دارونما مقایسه می کنند تا اثرات این ویتامین بر سلامت قلب و عروق، متابولیک و استخوان را ارزیابی کنند.

بر اساس مطالعه فعلی، آنها قصد دارند آنالیز عملکرد ریه را در این کارآزمایی لحاظ کنند.

این مطالعه در مجله ERJ Open Research منتشر شده است.