



## پیشگیری از کم خونی در کودکان با استفاده از ویتامین D

نتایج تحقیقات جدید نشان می دهد کمبود ویتامین D خطر ابتلای کودکان را به کم خونی افزایش می دهد.

نتایج تحقیقات جدید نشان می دهد کمبود ویتامین D خطر ابتلای کودکان را به کم خونی افزایش می دهد. به گزارش خبرگزاری مهر، محققان مرکز کودکان دانشگاه جان هاپکینز نمونه خون بیش از 10 هزار و 400 کودک را بررسی و میزان ویتامین D و هموگلوبین پروتئین حامل اکسیژن را در گلبول های قرمز خون اندازه گیری کردند.

آنها دریافتند میزان ویتامین D در کودکان دارای سطح پایین هموگلوبین در مقایسه با آنهایی که مشکل کم خونی نداشتند پایین تر بود.

این مطالعات نشان می دهد بیشترین افزایش خطر ابتلا به کم خونی با کمبود ویتامین D مرتبط است و در آن میزان ویتامین D به کمتر از 30 نانوگرم در میلی لیتر می رسد.

کودکانی که میزان ویتامین D آنها کمتر از 30 نانوگرم در میلی لیتر است دو برابر آنهایی که میزان ویتامین طبیعی دارند در خطر کم خونی هستند. کمبود شدید ویتامین D زمانی است که میزان این ویتامین به زیر 20 نانوگرم در میلی لیتر برسد. کمبود شدید و خفیف ویتامین D هر دو باید با استفاده از مکمل های غذایی و دارویی درمان شوند.

محققان هشدار می دهند که نتایج آنها تاییدی بر رابطه علی و معلولی نیست بلکه نشان دهنده فعل و انفعالات پیچیده بین میزان پایین ویتامین D و هموگلوبین است.

دانش پژوهان می گویند می توان سازوکارهای متعددی را برای ارتباط بین ویتامین D و کم خونی در نظر گرفت از جمله تاثیر ویتامین D بر تولید گلبولهای قرمز خون در مغز استخوان و همچنین توانایی تنظیم التهابات ایمنی که همان کاتالیست شناخته شده برای کم خونی است.

این پژوهشگران همچنین ارتباط کم خونی و ویتامین D را بر اساس نژاد بررسی کرده و به یافته های جالبی دست یافتند.

این بررسی ها نشان داد کودکان سیاهپوست نسبت به کودکان سفید پوست بیشتر به کم خونی مبتلا می شوند (14 درصد در مقابل 2 درصد) و در کل میزان ویتامین D کمتری دارند اما کم خونی آنها زمانی بروز می کند که میزان ویتامین D در خون آنها از میزان موجود در بدن کودکان سفید پوست پایین تر برود.

تفاوت نژاد در سطوح ویتامین دی و کم خونی حاکی از آن است که اهداف درمانی کنونی برای پیشگیری یا درمان این بیماری ها نیازمند بازنگری هستند.

نتایج این تحقیقات در نشریه طب کودکان منتشر شده است.