Как сообщил врач Александр Батурин

Исследования, посвященные влиянию дополнительного приема витамина D на показатели, связанные и не связанные с костной системой показали НЕЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ТАКОГО приема

Введение

Недостаток витамина D в организме связан с развитием многих заболеваний, в связи с чем специалисты говорят о необходимости широкого применения соответствующих добавок. Некоторые ученые высказывают мнение о том, что необходимо проведение большего числа клинических исследований, посвященных влиянию витамина D на развитие различных заболеваний.

Методы

Был проведен последовательный метаанализ данных существующих рандомизированных контролируемых исследований эффективности дополнительного приема витамина D (с

добавлением кальция или без него) в целях изучения того, как результаты будущих исследований могут повлиять на текущие представления о данном вопросе. Оценивалось влияние дополнительного приема витамина D на развитие инфаркта миокарда или ишемической болезни сердца, инсульта и цереброваскулярных нарушений, рака, частоту переломов тазобедренного сустава и переломов в целом, а также уровень смертности с использованием метода последовательного анализа исследований и пороговых показателей снижения риска: 5 % для уровня смертности и 15 % — для всех остальных оценочных показателей.

Результаты

Влияние дополнительного приема витамина D (с добавлением кальция или без него) на развитие инфаркта миокарда или ишемической болезни сердца (9 исследований, 48 647 пациентов), инсульта и цереброваскулярных нарушений (8 исследований, 46 431 пациентов), рака (7 исследований, 48 167 пациентов), а также частоту переломов в целом (22 исследования, 76 497 пациентов) не было достаточно значимым, чтобы можно было говорить о его целесообразности. Это означает, что снижение относительного риска всех явлений, выбранных в качестве оценочных показателей, в результате дополнительного приема витамина D не достигало 15 %. Дополнительный прием только витамина D не снижал частоту переломов бедренных костей как минимум на 15 % (12 исследований, 27 834 участников). Дополнительный прием витамина D с сопутствующим приемом кальция снижал частоту переломов бедренных костей у пациентов учреждений длительного ухода (2 исследования, 3853 пациентов), но не снижал относительный риск таких переломов как минимум на 15 % у лиц, проживающих вне домов престарелых (7 исследований, 46 237 пациентов). Не было получено однозначного ответа на вопрос о том, снижает ли прием витамина D (с добавлением кальция или без него) риск летального исхода (38 исследований, 81 173 участников).

Выводы

Результаты данного исследования свидетельствуют о том, что в случайной выборке лиц, проживающих вне домов престарелых, дополнительный прием витамина D (с кальцием или без него) не снижал риск летального исхода, переломов и заболеваний, не связанных с костной системой, более чем на 15 %. Маловероятно, что в будущем при проведении исследований по схожей схеме будут получены данные, которые позволят сделать другие выводы.