



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Nízká hladina vitamínu D zvyšuje pravděpodobnost demence

Nástup demence může být opožděn nebo může i zabránit, pokud lidé mají dostatek vitamínu D. Naznačuje to nová studie. Studie zveřejnil v dubnu 2022 online časopis *The American Journal of Clinical Nutrition*.

Studie analyzovala více než 294 000 lidí. Většina z nich byly ženy starších 60 let, žijících ve Spojeném království. Pomocí krevních testů u účastníků a neuro-zobrazovacích nástrojů, vědci hledali souvislosti mezi hladinou vitamínu D a rizikem demence a mrtvicí.

Normální hladina vitamínu D v krvi byla definována jako nejméně 50 nmol/l; nedostatek byl definován jako méně než 25 nmol/l. Nízké hladiny vitamínu D byla spojena se zvýšeným rizikem demence i mozkové mrtvice v průběhu následujících 11 let.

Na základě observační studie bylo zjištěno, že lidé s nízkou hladinou vitamínu D mají 54% pravděpodobnost vzniku demence v porovnání se situací, jejichž hladina byla v normě.

Výsledky nemusí nedokazovat, že užívání vitamínu D může zabránit demenci, pokud máte nízkou hladinu v krvi.

Zdroj: Harvard Women's Health Watch; October 2022

prof. J.Ruprich, CZVP SZÚ, 8.10.2022