



---

## Sporočilo št 19

20.4. 2020

**Kategorija:** laična javnost

**Skupina:** prehranska dopolnila

**Naslov:** Vpliv vitamina D na potek okužbe z novim koronavirusom (SARS-CoV-2)

**Znanstvena osnova:** V borbi proti virusni bolezni COVID-19 raziskovalci preučujejo različne pristope. Tako poteka na osnovi dosedanjih izkušenj v primeru gripe, ki je prav tako virusnega izvora, nekaj kliničnih preskušanj z namenom ugotoviti, ali večji odmerki vitamina D zmanjšajo resnost simptomov okužbe z novim koronavirusom. Ta preizkušanja predpostavljajo, da lahko pomanjkanje vitamina D vpliva na poslabšanje akutnega respiratornega vnetnega sindroma, ki je značilen za drugo fazo poteka bolezni COVID-19. Zanimiva je nedavna opazovalna študija, kjer so primerjali povprečno koncentracijo vitamina D v krvi ljudi z resnostjo poteka bolezni COVID-19. Primerjali so podatke iz 20 evropskih držav. Ugotovili so, da se nižje vrednosti vitamina D pokrivajo z večjim številom okuženih in več smrtnih primerov v Španiji, Italiji in Švici. V teh državah je bila povprečna vrednost vitamina D v populaciji najmanjša. Kljub dejstvu, da vitamin D pozitivno deluje na imunski sistem, je treba poudariti, da obstajajo tudi raziskave, ki ne potrjujejo vpliva večjih količin vitamina D na lajšanje poteka okužb z virusi.

**Mnenje:** Znanstveni dokazi o neposrednem ali posrednem protivirusnem delovanju vitamina D so kontroverzni, saj nekatere znanstvene objave potrjujejo pozitivni učinek, nekatere pa dokazujejo, da dodajanje vitamina D za krepitev imunskega sistema in s tem posledično manjšo obolevnost za različnimi virusnimi okužbami, vključno z okužbo z novim koronavirusom, ni učinkovito. Glede na najnovejše raziskave menimo, da je dodatek vitamina D v količini do 150 µg (0,15 mg) na dan, še posebej v zimsko-spomladanskem času varen. O

učinkovitosti vitamina D pri okužbi z novim koronavirusom bo pa potrebno narediti več kliničnih študij. (BŠ, ML)

Vir:

Ilie PC, Stefanescu S, Smith L (2020). The role of vitamin D in the prevention of Coronavirus Disease 2019infection and mortality. Infectious diseases, Short report: DOI: 21203/rs.3.rs-21211/v1

Grant WB, Lahore H, McDonnell SL et al. (2020). Evidence that Vitamin D Supplementation Could Reduce Risk of Influenza and COVID-19 Infections and Deaths. Nutrients 12, 988-1007.

---