

## Ο ρόλος της βιταμίνης D στη μάχη κατά του ιού

**Στην αρχή** της πανδημίας, δύο βρετανικά νοσοκομεία άρχισαν να καταγράφουν τις συγκεντρώσεις βιταμίνης D σε ασθενείς με COVID-19 και να τους χορηγούν μεγάλες ποσότητες. Πολλές παλαιότερες μελέτες έδειξαν ότι η συγκεκριμένη βιταμίνη διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην ορθή λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος και στον μεταβολισμό, περιορίζοντας τον κίνδυνο αναπνευστικών λοιμώξεων.

Αρχικά, η συμπληρωματική χορήγηση της βιταμίνης D κρίθηκε αναγκαία, χωρίς ιδιαίτερη επιστημονική αντιπαράθεση, επειδή η υγειονομική κρίση ήταν ζοφερή και το σκεύασμα ακίνδυνο. Στη συνέχεια, επιστήμονες σε όλο τον κόσμο άρχισαν να συζητούν κατά πόσον η επάρκεια της βιταμίνης στον οργανισμό μπορούσε να συμβάλει στη μείωση του κινδύνου θανάτου από COVID-19. Κάποιοι θεώρησαν τη χορήγηση συμπληρωμάτων ικανοποιητική λύση, ενώ για άλλους σημα-



**Παλαιότερες** μελέτες έδειξαν ότι η βιταμίνη D διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην ορθή λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος.

*Τι δείχνουν οι έρευνες για τη συμπληρωματική χορήγηση της σε ασθενείς με COVID-19.*

τοδοτούσε απώλεια χρόνου. Τον Απρίλιο, δεκάδες γιατροί έγραψαν στην επιθεώρηση British Medical Journal ότι η αποκατάσταση της ανεπάρκειας βιταμίνης D σε ασθενείς με COVID-19 είναι «ασφαλής και απλή» και τα σκευάσματα έχουν τη δυναμική να αποτελέσουν μια ικανοποιητική αντιμετώπιση της ιογενούς πνευμονίας που προκαλεί ο κορωνοϊός. Αργότερα μεγάλος αριθμός ερευνών από όλο τον κόσμο έδειξε αδιαμφισβήτητα ότι η χορήγηση της βιταμίνης D απέτρεπε τη χειρότερη έκβαση της λοίμωξης.

Παρ' όλα αυτά, οι δύο υγειονομικοί φορείς της Βρετανίας, το Εθνικό Ινστιτούτο Υγείας και Πε-

ριθαλψης (Nice) και η Δημόσια Υγειονομική Αρχή της Αγγλίας, που αξιολόγησαν τη συμβολή της βιταμίνης D στη μείωση του κινδύνου από τον κορωνοϊό, επέμειναν ότι δεν έχουν καταφέρει να εντοπίσουν ικανοποιητικά στοιχεία προκειμένου να προβούν σε αλλαγή των ουσιασμών τους. Ο δρ Αντονι Φάουτσι, επικεφαλής του Εθνικού Ινστιτούτου Αλλεργιών και Λοιμωδών Νόσων των ΗΠΑ, δήλωσε απερίφραστα ότι η έλλειψη βιταμίνης D καθορίζει το πόσο ευάλωτος είναι κάποιος σε λοίμωξη από κορωνοϊό, καταλήγοντας ότι «θα μπορούσα να υποπώσω τη χορήγηση συμπληρωμάτων της, όπως άλλωστε λαμβάνω και εγώ».

Επειτα από αυτόν τον μακρύ και χασοκόδρομο, στα τέλη Νοεμβρίου η βρετανική κυβέρνηση ανακοίνωσε ότι θα διαθέσει δωρεάν συμπληρώματα βιταμίνης D στους τροφίμους των οίκων ευγηρίας και σε μέλη ευπαθών ομάδων, όπως εξάλλου και στους εγκλειστούς στις φυλακές.