

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Witamina słońca pomaga kobietom z cukrzycą i depresją



Suplementy zawierające witaminę D pomagają obniżyć ciśnienie tętnicze i poprawiają nastrój u pacjentek z cukrzycą, u których jednocześnie występują objawy depresji - wynika z badań zaprezentowanych na 73. sesji naukowych Amerykańskiego Towarzystwa Diabetologicznego.

Spotkanie odbyło się w dniach 21-24 czerwca w Chicago.

"Witamina D może być prostą i niedrogą formą wspomagania leczenia z minimalnym ryzykiem efektów ubocznych. By jednak dokładniej określić wpływ suplementacji na depresję i ryzyko chorób sercowo-naczyniowych u kobiet z cukrzycą, niezbędne są szerzej zakrojone randomizowane badania" - mówi dr Sue Penckofer z Loyola University Chicago, autorka analizy.

Około 1 na 10 mieszkańców Stanów Zjednoczonych cierpi na cukrzycę. Prognozuje się, że w 2050 roku chorował będzie już co czwarty mieszkaniec. Cukrzyca gorzej przebiega u kobiet, co może to być spowodowane częstszym współwystępowaniem depresji (25 proc. pacjentek).

W pilotowych badaniach uczestniczyło 46 kobiet (średnia wieku wynosiła 55 lat), które cierpiały na cukrzycę od około 8 lat i miały niedobór witaminy D. Po sześciu miesiącach suplementacji poziom witaminy D osiągnął u pacjentek odpowiedni poziom (38 ng/ml). Co więcej, z analizy wypełnionych przez kobiety kwestionariuszy wynika, że zakres objawów depresji zmniejszył się o ponad połowę. U pacjentek obniżyło się także ciśnienie tętnicze, a także w niewielkim stopniu zmalała liczba zbędnych kilogramów.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/18406.html>



02-07-2024

[Ekran dotykowy bez problematycznego indu](#)

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

Świat atomów i cząsteczek

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

Żyjemy w czasach multitożsamości

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu

Informuje "Nature".



02-07-2024

Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać

dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy