

### [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](#)

## **Niski poziom witaminy D związany z ryzykiem anemii u dzieci**



**Niski poziom witaminy D ma związek z wyższym ryzykiem anemii u dzieci - wynika z pracy, którą publikuje pismo "Journal of Pediatrics".**

Do takich wniosków doszli naukowcy z Johns Hopkins Children's Center w Baltimore w USA po przebadaniu próbek krwi od ponad 10,4 tys. dzieci, nastolatków i młodych dorosłych w wieku od 1 roku do 21 lat. Analizowano je pod kątem poziomu witaminy D (a dokładnie 25-dihydroksywitaminy D, czyli jej najbardziej aktywnej postaci) oraz hemoglobiny, tj. barwnika krwi obecnego w krwinkach czerwonych, który przenosi tlen. Zbyt niski poziom hemoglobiny oznacza niedokrwistość (anemię). Wszyscy badani byli ogólnie w dobrym stanie zdrowia.

Okazało się, że stężenie „witaminy słońca” - jak popularnie określa się witaminę D - było mniejsze u dzieci i młodzieży z niskim poziomem hemoglobiny, w porównaniu z ich rówieśnikami bez anemii.

Największe ryzyko anemii mieli badani, u których stwierdzono łagodny niedobór witaminy D, tj. poziom niższy niż 30 nanogramów na mililitr krwi. Było ono niemal dwukrotnie wyższe (niemal o 100 proc.) niż u rówieśników, u których stężenie witaminy D było prawidłowe.

U dzieci i młodzieży rasy czarnej ryzyko anemii obserwowano dopiero przy niższym stężeniu witaminy D, choć ogólnie niedokrwistość występowała u nich znacznie częściej niż u rówieśników rasy białej (odpowiednio 14 proc. i 2 proc.).

"Te wyraźne różnice w zależności od rasy, które zaobserwowaliśmy w naszym badaniu powinny uświadomić nam, że poziom danego związku, który uważamy za patologicznie niski u pewnej grupy osób może być zupełnie prawidłowy u innej grupy" - komentuje główna autorka pracy dr Meredith Atkinson.

Jej zdaniem rodzi to wątpliwości odnośnie obecnych zasad leczenia niedoborów różnych związków i ich suplementacji, które polegają na stosowaniu się do ogólnych rekomendacji.

Naukowcy zaznaczają, że wyniki ich badań nie dowodzą jeszcze, że niedobory witaminy D przyczyniają się do anemii, ale sugerują jedynie, że między tymi dwoma czynnikami zachodzi jakiś związek.

Można go tłumaczyć na kilka sposobów. Wiadomo na przykład, że witamina D wpływa na produkcję czerwonych krwinek w szpiku kostnym, reguluje też procesy zapalne w organizmie, które mogą się przyczyniać do rozwoju niedokrwistości - przypominają badacze.

"Jeśli nasze badania zostaną potwierdzone, w przyszłości niski poziom witaminy D może okazać się czynnikiem ryzyka anemii, na który można łatwo wpływać z pomocą suplementów diety" - komentuje współautor pracy dr Jeffrey Fadrowski.

Naukowcy podkreślają, że zarówno anemię, jak i niedobory witaminy D należy leczyć. Obydwa problemy mogą bowiem powodować poważne konsekwencje zdrowotne.

Niedostatek witaminy D nie tylko przyczynia się do zaburzeń w rozwoju kości (tzw. krzywicy) czy osłabienia ich struktury i podatności na złamania (osteoporoza), ale może też prowadzić do spadku odporności oraz zwiększa ryzyko chorób układu sercowo-naczyniowego oraz rozwoju różnych nowotworów. Z kolei nieleczona anemia może prowadzić m.in. do zaburzeń pracy serca i układu krążenia, problemów psychicznych i neurologicznych.

W Polsce pediatrzy zalecają, by witaminę D w postaci suplementu podawać dzieciom przez cały okres rozwojowy, tj. do 18. roku życia. Suplementacja tego związku jest również niezbędna u kobiet w ciąży i karmiących piersią, ale też u ludzi starszych i osób dorosłych, które mają jej niedobory (w okresie jesienno-zimowym dotyczy to w zasadzie wszystkich mieszkańców Polski).

Źródło: [www.pap.pl](http://www.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/19834.html>



07-11-2024

## [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#)

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

## [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#)

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

## [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#)

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

## [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#)

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

## [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#)

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

## [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

## [Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia](#)

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

## [Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

**Informacje dnia:** [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej](#)

[śmierci PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

## **Partnerzy**