

[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 D chroni przed atakami astmy

Doustna suplementacja witaminą D, stosowana w połączeniu z tradycyjnymi lekami na astmę, zmniejsza ryzyko wystąpienia ostrych ataków duszności wymagających profesjonalnej pomocy medycznej - czytamy na łamach „Lancet Respiratory Medicine”.

Co roku na skutek gwałtownego pogorszenia stanu zdrowia umiera na całym świecie około 400 tys. osób chorujących na astmę. Przyczyną śmierci jest zazwyczaj ostry napad duszności powiązany z wirusową infekcją górnych dróg oddechowych. Zdaniem badaczy z Uniwersytetu Królowej Marii w Londynie (W. Brytania) przed zagrażającymi życiu atakami astmy może chronić witamina D – substancja wzmacniająca odporność i łagodząca stan zapalny.

W badaniu ufundowanym przez Narodowy Instytut Badań nad Zdrowiem (NIHR) specjaliści wykazali, że suplementacja witaminą D o 30 proc. redukuje częstotliwość ataków astmy, wymagających podania steroidów. O połowę zmniejsza też ryzyko wystąpienia ostrych ataków duszności wymagających interwencji medycznej, bądź hospitalizacji.

„Rezultaty naszego badania dostarczają dodatkowych dowodów na to, że witamina D wspiera funkcje odpornościowe oraz zdrowie kości. Każdego dnia na skutek ataków astmy umierają w Wielkiej Brytanii przeciętnie trzy osoby. Witamina D jest bezpieczna w użyciu i stosunkowo niedroga, więc suplementacja z jej wykorzystaniem stanowi potencjalnie opłacalną strategię redukcji problemu” – mówi prof. Adrian Martineau, główny autor badania.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/27772.html>



15-06-2026

[Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#)

Fundacja na rzecz Nauki Polskiej (FNP) ogłosiła listę .



15-06-2026

[Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#)

Do 21 sierpnia trwa nabór na studia podyplomowe "Komunikacja naukowa i popularyzacja nauki".



15-06-2026

Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki

W polskim finale konkursu FameLab.



15-06-2026

Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność

Oraz wycofanie z relacji społecznych.



15-06-2026

Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku

Może skracać sen lub utrudniać zasypianie.



15-06-2026

[Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#)

Wskazał w rozmowie z PAP psycholog dr Michał Kosakowski z UAM.



15-06-2026

[Nieufność wobec szczepień ma źródła psychologiczne](#)

Szczepienia są jednym z najskuteczniejszych narzędzi ochrony zdrowia publicznego.



15-06-2026

[Prof. Agnieszka Chacińska z Nagrodą Polskiej Akademii Nauk](#)

Biolożka molekularna i dyrektorka Międzynarodowego Instytutu PAN

Informacje dnia: [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln](#)

[zł Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#)

Partnerzy