

ВИТАМИН Д У ИСХРАНИ И ЊЕГОВА ДЕЈСТВА НА НЕРВНИ СИСТЕМ

Марко Копривица¹, Јелена Бјелановић^{1,2}

¹Универзитет у Новом Саду, Медицински факултет, Нови Сад

²Институт за јавно здравље Војводине, Нови Сад

САЖЕТАК

Витамин Д је липосолубилно органско једињење, које, осим што учествује у регулацији метаболизма калцијума и утиче на скелетни систем, има и бројне друге ефекте на друге органске системе, као што су кардио-васкуларни, ендокрини, коштани, имунски, али и централни нервни систем. Примарни извор витамина Д је храна животињског порекла. Међутим, витамин Д се синтетише у кожи након излагања сунчевој светлости. У овом раду представимо студије које поткрепљују теорију да су бројне неуролошке и психијатријске манифестације последица недостатка витамина Д.

Кључне речи: витамин Д; недостатак витамина Д; болести нервног система.