

УЗРОЦИ, ПОСЛЕДИЦЕ И ЛЕЧЕЊЕ НЕДОСТАТКА ВИТАМИНА Д КОД ЉУДИ

Марко Копривица¹, Светлана Кашиковић-Лечић^{1,2}

¹Универзитет у Новом Саду, Медицински факултет, Нови Сад

²Институт за плућне болести Војводине, Сремска Каменица

САЖЕТАК

Ову групу витамина чине витамин Д₂ и витамин Д₃, који се синтетишу у организму неких бескичмењака и биљака, али и у људском организму. Ультраљубичасти зраци узрокују да се витамин Д интегрише испод коже. Витамин се преко специфичних протеина преноси у све делове тела, где обавља бројне улоге. Низак ниво витамина Д у крви актуелни је проблем јавног здравља. Недостатак витамина Д посебно је изражен код старијих и гојазних особа. Тренутно је недостатак витамина Д повезан с порастом коштаных и кардиоваскуларних болести, дијабетеса, малигних, аутоимуних и алергијских болести. Због тога је изузетно важно благовремено утврдити и исправити недостатак овог витамина. Компензација се може вршити делимично храном, али и оралним суплементима, а у тежим случајевима и интрамускуларном применом витамина.

Кључне речи: витамин Д; фактори ризика; дефицијенција витамина Д.