维生素D缺乏与过早死亡有关

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/20689.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

维生素D缺乏与过早死亡有关。
维生素D是我们从太阳中获取的维生素，尽管供应充足，但三分之一的澳大利亚成年人仍然患有轻度、中度或严重的维生素D缺乏。

近日，澳大利亚南澳大学的一项新研究提供了强有力的证据，证明维生素D缺乏与过早死亡有关，这促使人们遵守健康的维生素D水平指南。相关研究结果发表于《内科医学年鉴》。

维生素D是一种重要的营养物质，有助于保持身体健康，使我们的骨骼和肌肉强壮健康。

论文第一作者、南澳大学博士生Josh Sutherland认为，虽然维生素D与死亡率有关，但建立因果关系一直具有挑战性。他表示，尽管与世界上其他地方相比，严重缺乏维生素D在澳大利亚更罕见，但它仍然会影响那些健康状况脆弱的人，如老年人，以及那些没有从健康的阳光照射和饮食来源中获得足够多的维生素D的人。

我们的研究为维生素D水平低和死亡率之间的联系提供了强有力的证据，这是第一个将呼吸系统疾病相关死亡率作为结果的研究。Sutherland说。

研究人员使用了一种新的遗传方法来探索和确认在观察环境中看到的非线性关系，通过这种方法，研究人员能够为维生素D水平低和过早死亡之间的联系提供强有力的证据。

由于临床试验往往无法招募维生素D水平低的人，因此建立因果关系是一项挑战。研究人员随机评估了来自英国生物银行数据库的307601份记录。其中维生素D的平均水平为45.2 nmol/L，而低于25 nmol/L则视为缺乏维生素D。在长达14年的随访期间，研究人员发现，随着维生素D浓度的增加，死亡风险显著降低，在严重缺乏维生素D的人群中效果最明显。

南澳大学澳大利亚精确健康中心高级研究员Elina Hypponen认为，现在需要进行更多的研究来建立有效的公共卫生战略，以帮助建立国家指南，并降低与维生素D水平低相关的过早死亡风险。

关键在于预防。Hypponen表示，在已经面临生命挑战的情况下，考虑维生素D缺乏是不够的，早期的干预行动可能会带来完全不同的结果。他认为，继续开展公共卫生工作，确保弱势群体和老年人全年保持充足的维生素D水平是非常重要的。（来源：中国科学报辛雨）

相关论文信息：https://doi.org/10.7326/M21-3324

作者：Josh Sutherland 来源：《内科医学年鉴》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发