

---

# 你真的需要维生素D补充剂么？BMC Medicine 北京大学李立明教授团队大数据研究结论

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/6694.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！*

你真的需要维生素D补充剂么？BMC Medicine 北京大学李立明教授团队大数据研究结论。BMC Medicine 近日发表了北京大学公共卫生学院李立明教授团队中国慢性病前瞻性研究项目最新研究成果。该研究与欧洲丹麦前瞻性队列合作证实，无论是中国人群还是欧洲人群，维生素D对血管疾病都没有保护作用。



低水平的血浆维生素D与心血管疾病的高风险和心血管疾病、癌症和全死因的死亡率有关。然而，补充维生素D3的随机干预试验(RCTs)并没有明确显示对CVD或全因死亡率有任何保护作用。孟德尔随机化(Mendelian randomisation, MR)分析的结果也没有表明25-羟基维生素D (25[OH]D)与缺血性心脏病、心肌梗死和心血管死亡率风险增加之间存在因果关系(25[OH]D通常用于评估维

---

生素D状况), 但显示了可能对欧洲人全死因和癌症死亡率存在影响。

黄涛研究员指出, 目前在中国人群中还没有关于维生素 D 的大规模人群干预研究, 只有两项研究调查了25(OH)D与患糖尿病的风险的关联。重要的是, 25(OH)D与中风、缺血性中风、脑内出血、蛛网膜下腔出血和血脂水平等特定病因的血管疾病之间的因果关系尚未在欧洲和中国成年人中进行研究。因此, 高25(OH)D浓度是血管疾病和死亡率下降的原因, 还是健康状况不佳的简单后果尚不清楚。这个问题对公共卫生有重要的意义, 因为大约一半的人口缺乏维生素D, 而且经常服用维生素D补充剂。但没有适当的科学证据表明维生素D对许多疾病的结果有任何有益的影响。

受国家自然科学基金和国家重点研发计划精准医学研究重点专项资助, 该团队联合中国慢性病前瞻性研究和欧洲丹麦队列研究, 采用孟德尔随机化设计, 系统研究了25(OH)D与心肌梗死、中风、缺血性心脏病、缺血性中风、蛛网膜下腔出血、脑内出血和血脂水平之间的因果关系。

研究结果发现, 在中国成年人中, 血浆25(OH)D水平与血管疾病或死亡率无显著相关性, 然而, 每升高25 nmol/L的血浆25(OH)D, 脑出血风险增加9% (HR, 1.09 [95% CI, 1.01, 1.18]。在欧洲人里, 血浆25(OH)D水平与所有类型的血管疾病和死亡率呈负相关。然而, 孟德尔随机化分析并没有证明25(OH)D水平的增加与血管疾病或中国和欧洲成年人的死亡率之间存在因果关系(图2和3)。

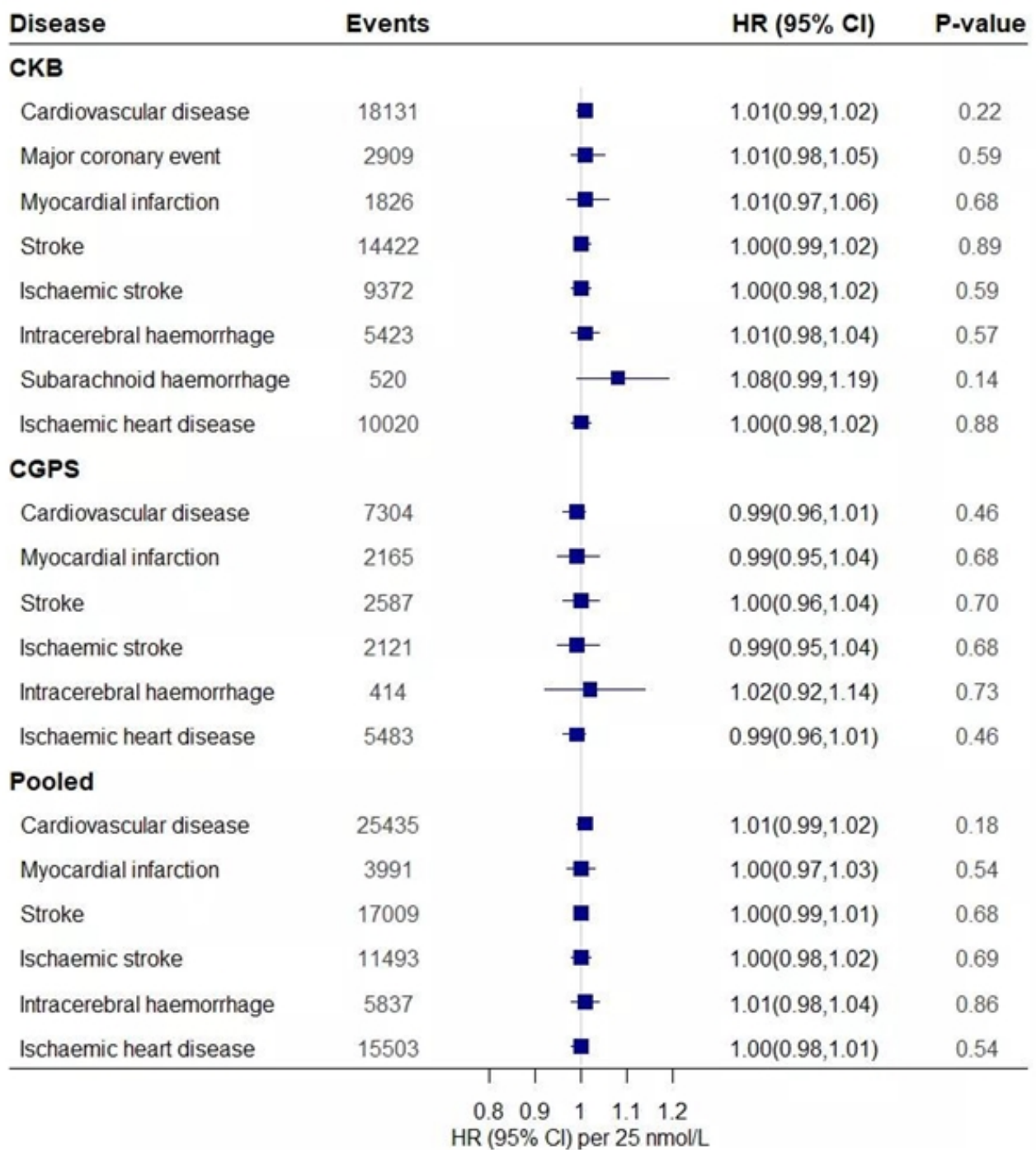


图2. 25(OH)D与心血管疾病的因果效应

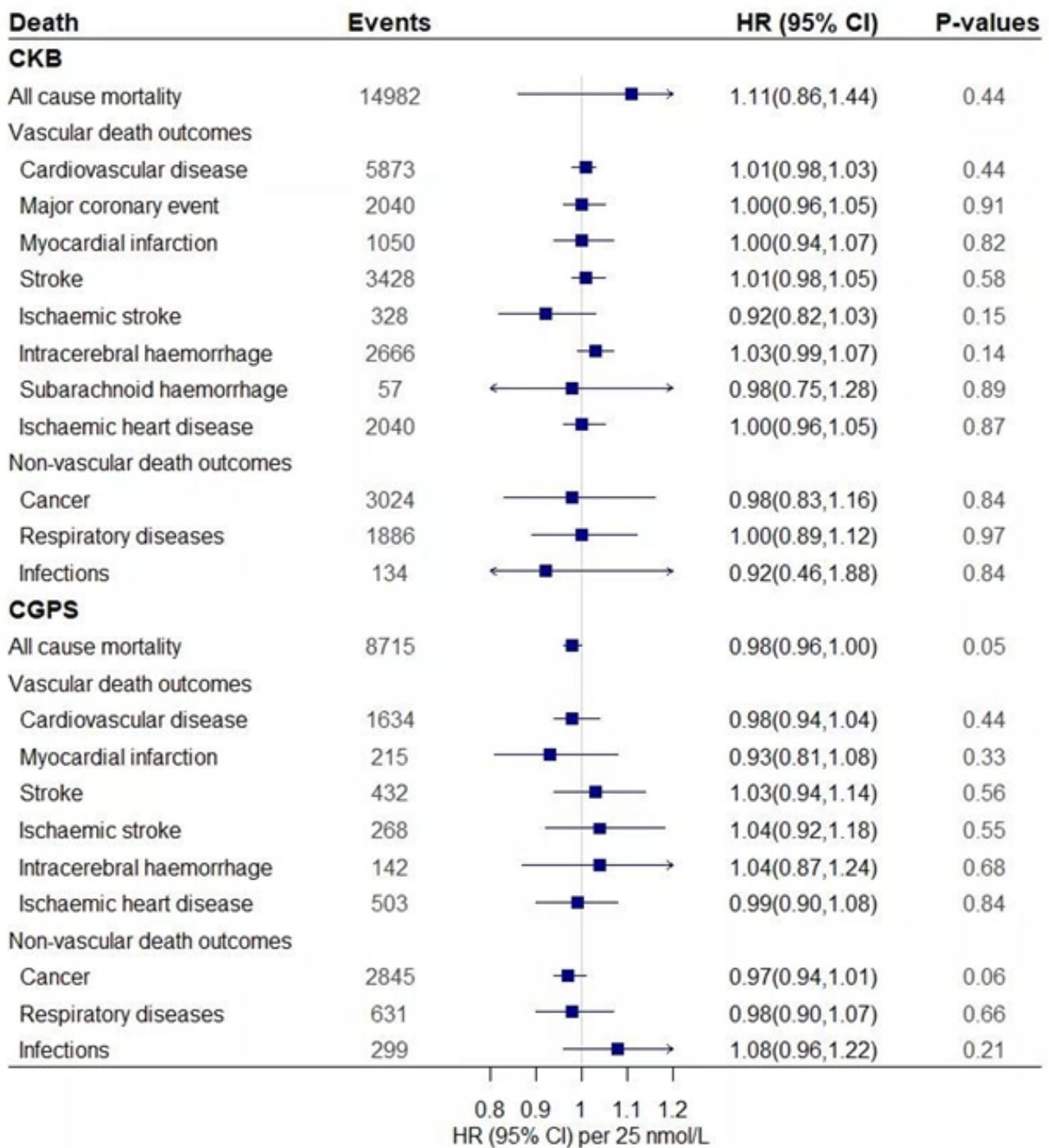


图3. 25(OH)D与心血管疾病致死亡的因果效应

此外，我们的观察性研究发现，每增加25 nmol/L 25 (OH) D，总胆固醇和低密度脂蛋白胆固醇水平就会降低，而高密度脂蛋白胆固醇水平就会增高。同样，孟德尔随机化分析显示，在Bonferroni校正后，25(OH)D水平与中国和欧洲成年人的血脂水平没有因果关系(图4)。

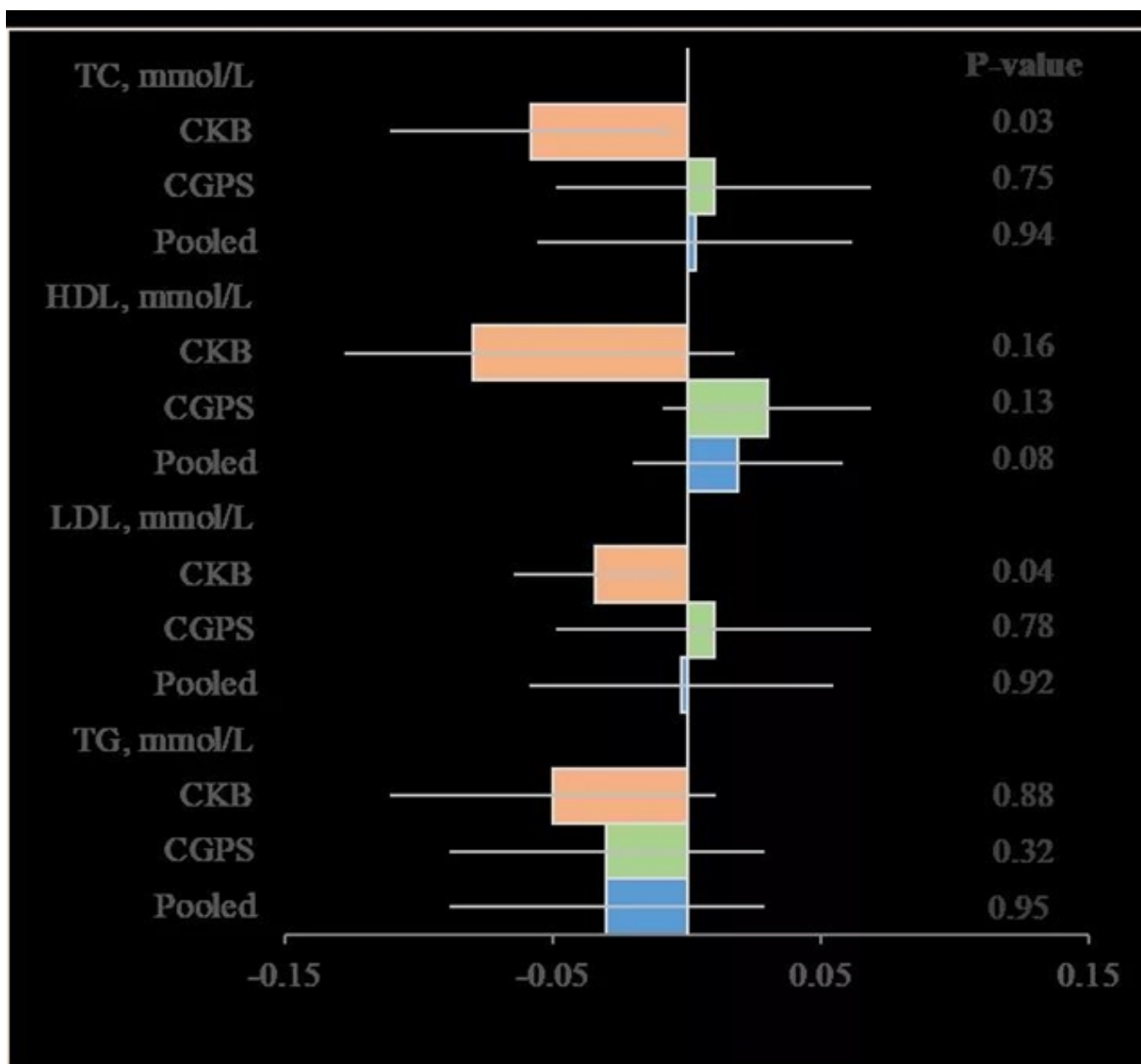


图4. 25(OH)D与血脂的因果效应

黄涛研究员强调，在中国和欧洲成人中，我们都没有发现任何证据表明25(OH)D的增加与缺血性中风、脑内出血、蛛网膜下腔出血和血脂水平降低相关。这些结果表明，维生素D与血管疾病的反向关联可能是混杂的结果。



李立明教授

李立明，北京大学博雅特聘教授、博士生导师，享受国务院特殊津贴。教育部督学，国务院学科评议组公共卫生与预防医学组召集人，教育部高等学校公共卫生与预防医学专业教学指导委员会主任委员，教育部临床医学专业认证工作委员会副主任委员；中华医学会医学教育分会主任委员，中华预防医学会副会长，流行病学分会名誉主任委员、常务委员。长期从事大型人群队列研究、慢性病病因研究和老年保健流行病学研究。担任《中华流行病学杂志》、《全球健康(英文版)》杂志主编。在国内外期刊、杂志上发表论文300余篇。2010年当选英国皇家医学院公共卫生学院荣誉院士(HonFFPH)，2017年当选欧亚科学院院士。



吕筠教授

吕筠，北京大学公共卫生学院流行病与卫生统计学系教授、博士生导师，现担任系副主任、北京大学环境医学研究所副所长、分子心血管学教育部重点实验室(北京大学)副主任。同时担任中华预防医学会流行病学分会常委、青年委员会主任委员；《中华流行病学杂志》编委；国家医师资格考试公共卫生类别试题开发专家委员会委员。主要研究领域为慢性病流行病学，特别是慢性病主要危险因素、行为危险因素相关建成环境、慢性病防治策略措施研究等。



---

## 黄涛研究员

现任北京大学公共卫生学院流行病与卫生统计学系、教育部分子心血管病学重点实验室研究员，博士生导师。担任SCI杂志APJCN统计编辑、Lipids in Health and Disease副主编。目前担任中国健康管理协会膳食营养与健康分会常务理事、中国营养学会营养流行病学分会理事、中国营养学会食物与烹饪营养分会理事、中华预防医学会流行病学分会青年委员、中华流行病学杂志通讯编委。主要研究领域：慢性病流行病学、因果推断、遗传相关性、队列数据整合与应用。

本文第一作者为北京大学公共卫生学院黄涛研究员和丹麦Shoaib Afzal博士，通讯作者北京大学公共卫生学院李立明教授和吕筠教授。

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](http://www.iikx.com)转发