



## Βιταμίνη D & μυοσκελετικό



Log  
Για άλλη μια φορά, και μέσα πάλι από **ισχυρά επιστημονικά-αποδεικτικά δεδομένα (μετανάλυση)** φαίνεται ότι η χορήγηση μέσω συμπληρωμάτων βιταμίνης

D ΔΕΝ προλαμβάνει κατάγματα ή πτώσεις και δεν έχει κάποια κλινικά σημαντική δράση στην οστική πυκνότητα.

Η συγκεκριμένη **μετανάλυση** βασίζεται σε πρόσφατη συστηματική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας, με συνολικά 81 RCTS (53.537 συμμετέχοντες), όπου φάνηκε :

- **καμία δράση** στο ολικό κάταγμα (*relative risk 1.00, 95% CI 0.93–1.07*), στο κάταγμα ισχίου (*RR 1.11, 0.97–1.26*) ή στις πτώσεις (*0.97, 0.93–1.02*), και κάτι τέτοιο ήταν ανεξάρτητο της δόσης (μικρές Vs μεγάλες δόσεις ή δόσεις >800IU/d)

*Effects of vitamin D supplementation on musculoskeletal health: a systematic review, meta-analysis, and trial sequential analysis. Mark J Bolland, Andrew Grey, Alison Avenell, The Lancet Diabetes & Endocrinology, Published: October 04, 2018 DOI: [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(18\)30265-1](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(18)30265-1)*

### **ΔΕΙΤΕ ΑΚΟΜΗ ΣΤΙΣ «ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ» :**

- πρόσφατη [παρόμοια ανασκόπηση](#) για Ca & VitD3 στο JAMA (12/17)
- παρόμοια [ανασκόπηση για Ca & VitD3](#) στο BMJ (9/15)

Το κείμενο αποτελεί βιβλιογραφική ενημέρωση της ΕΡΕ-ΕΠΕΡΕ και όχι απαραίτητα σύσταση για την καθημέρα κλινική πράξη. Αποτελεί επίσης εύρημα **ΜΙΑΣ ΜΟΝΟ** εργασίας και όχι υποχρεωτικά θέμα κατασταλαγμένης γνώσης. Αποτελεί τέλος ελεύθερη μετάφραση της περίληψης της δημοσιευμένης μελέτης και δεν περιέχει στοιχεία από το πλήρες άρθρο.