

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Osoby suplementujące wit. D rzadziej chorują na czerniaka skóry

Wśród osób zażywających regularnie suplementy z witaminą D obserwuje się mniej przypadków czerniaka skóry niż wśród tych, którzy nie przyjmują tej witaminy - wynika

z fińskiego badania, które publikuje czasopismo "Melanoma Research".

Ponadto osoby, które regularnie stosują suplementy z witaminą D, mają też znacznie niższe ogólne ryzyko nowotworów skóry (łącznie czerniaka i raków skóry).

Jak przypominają autorzy pracy (https://journals.lww.com/melanomaresearch/Abstract/9900/Regular_use_of_vitamin_D_supplement_is_associated.51.aspx), witamina D odgrywa kluczową rolę w prawidłowym funkcjonowaniu całego organizmu, dlatego jej niedobory mogą przyczyniać się do rozwoju wielu chorób. Zależność między poziomem witaminy D w organizmie oraz ryzykiem nowotworów skóry była badana w przeszłości. Wyniki tych prac były niejednoznaczne, a czasem nawet sprzeczne.

Naukowcy z Uniwersytetu Wschodniej Finlandii oraz ze Szpitala Uniwersyteckiego w Kuopio przeprowadzili badanie w grupie 498 pacjentów z wyższym ryzykiem nowotworu skóry, m.in. czerniaka, raka podstawnokomórkowego skóry, czy kolczystokomórkowego raka skóry. Badani byli w wieku od 21 do 79 lat.

Doświadczeni dermatolodzy zebrali dane medyczne dotyczące uczestników badania oraz przebadali ich skórę. Ze względu na stosowanie doustnych suplementów z witaminą D wyodrębniono trzy grupy pacjentów: osoby niezażywające ich wcale, zażywające okazjonalnie lub regularnie. U połowy pacjentów zbadano poziom klacydolu (25-hydroksywitamina D) we krwi i okazało się, że koresponduje on dobrze z udzielanymi informacjami na temat zażywania witaminy D. Kalcydiol jest jednym z metabolitów witaminy D. Powstaje w wątrobie. Z kalcydiolu z kolei powstaje w nerkach najbardziej aktywny metabolit tej witaminy – kalcytriol.

Okazało się, że u osób regularnie zażywających witaminę D ryzyko zachorowania na czerniaka było o 55 proc. niższe. W grupie stosującej regularnie te suplementy było mniej zachorowań na czerniaka niż w grupie ich niezażywającej – 18 proc. wobec 32 proc., jak również mniej zachorowań na jakikolwiek nowotwór skóry – 62 proc. wobec blisko 75 proc.

Nie zaobserwowano natomiast związku między zażywaniem witaminy D a fotostarzeniem się skóry, rogowaceniem słonecznym, liczbą znamion, jak również ryzykiem podstawnokomórkowego czy kolczystokomórkowego raka skóry.

Autorzy pracy podkreślają, że ich badanie wskazuje na istnienie zależności - jednak nie dowodzi, iż ma ona charakter przyczynowo-skutkowy.

Na razie nie wiadomo też, jakie dawki witaminy D mogłyby ewentualnie obniżyć ryzyko czerniaka. Na razie badacze zalecają przestrzeganie dawkowania zgodnego z rekomendacjami dla różnych grup.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31674.html>



07-11-2024

[PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu](#)

Farmaceutycznego i Kosmetycznego

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

[Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia](#)

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

[Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy