

9 Ιουλίου 2022

## **Απίστευτο: Μπήκε στο νοσοκομείο από υπερβολική δόση βιταμίνης D**

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα



Διαβάστε τη μοναδική περίπτωση ασθενούς, που χρειάστηκε να νοσηλευτεί με

σοβαρά συμπτώματα, μετά από υπερβολική λήψη συμπληρωμάτων βιταμίνης D



Τα συμπληρώματα βιταμίνης D είναι ναί μεν απαραίτητα για την εύρυθμη λειτουργία του οργανισμού, σε περίπτωση που υπάρχει έλλειψη, η υπερδοσολογία τους όμως τα καθιστά εξίσου επικίνδυνα και επιβλαβή και μπορεί να οδηγήσει σε υπερβιταμίνωση. Σε αυτό το συμπέρασμα κατέληξαν οι επιστήμονες, αφού διερεύνησαν την περίπτωση ενός μεσήλικα άνδρα, που χρειάστηκε εισαγωγή στο νοσοκομείο λόγω της υπερβολικής πρόσληψης βιταμίνης D.

Όπως αναδεικνύουν τα στοιχεία της μελέτης, που δημοσιεύτηκε στο BMJ Case Reports, ο συγκεκριμένος άντρας χρειάστηκε νοσοκομειακή περίθαλψη, μετά από παραπομπή του οικογενειακού του γιατρού.

Παρουσίασε συμπτώματα, όπως επαναλαμβανόμενους εμετούς, ναυτία, κοιλιακό άλγος, κράμπες στα πόδια, εμβοές (βουητό στο αυτί), ξηροστομία, αυξημένη δίψα, διάρροια και σημαντική απώλεια βάρους (12,7 κιλά).

Τα συγκεκριμένα συμπτώματα διήρκησαν περίπου 3 μήνες και ξεκίνησαν περίπου 1 μήνα, αφότου άρχισε μια εντατική αγωγή βιταμινών σε μορφή συμπληρωμάτων, ακολουθώντας τις συμβουλές ενός διατροφολόγου.

Επιπλέον, αξίζει να αναφέρουμε ότι είχε πολλά προβλήματα υγείας, καθώς έπασχε από φυματίωση, βακτηριακή μηνιγγίτιδα και χρόνια ιγμορίτιδα, ενώ είχε κι έναν όγκο στο εσωτερικό του αυτιού (αιθουσαίο σβάννωμα στην αριστερή μεριά), με αποτέλεσμα την κώφωση σε αυτό το αυτί, αλλά και συσσώρευση υγρού στον

εγκέφαλο.

Ο άντρας χρειάστηκε να νοσηλευτεί για 8 ημέρες, κατά τη διάρκεια των οποίων του χορηγήθηκαν ενδοφλέβια αγωγή για να αποβάλει ο οργανισμός του τις περιττές ουσίες. Συμπληρωματικά, του χορηγήθηκαν διφωσφονικά, τα ειδικά φάρμακα που συνήθως χρησιμοποιούνται για την ενίσχυση των οστών ή τη μείωση των υπερβολικών επιπέδων ασβεστίου στο αίμα.

Όσον αφορά την πρόσληψη των σκευασμάτων, καθημερινά λάμβανε υψηλές δόσεις περισσότερων από 20 μη συνταγογραφούμενων συμπληρωμάτων που περιείχαν: βιταμίνη D 50000 mg (συνιστώμενη ημερήσια πρόσληψη 600 mg), βιταμίνη K2 100 mg, (συνιστώμενη ημερήσια πρόσληψη 100-300 mg) βιταμίνη C, βιταμίνη B9 (φυλλικό οξύ) 1000 mg, βιταμίνη B2, βιταμίνη B6, ωμέγα-3 2000 mg δύο φορές την ημέρα (συνιστώμενη ημερήσια πρόσληψη 200-500 mg), καθώς και διάφορα άλλα συμπληρώματα βιταμινών, μετάλλων, θρεπτικών ουσιών και προβιοτικών.

Μόλις εμφανίστηκαν τα συμπτώματα, σταμάτησε να παίρνει αυτό το καθημερινό κοκτέιλ συμπληρωμάτων, αλλά τα συμπτώματά του δεν υποχώρησαν αμέσως.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα των αιματολογικών εξετάσεων, που ζητήθηκαν από τον οικογενειακό του γιατρό, είχε πολύ υψηλά επίπεδα ασβεστίου και ελαφρώς αυξημένα επίπεδα μαγνησίου. Τα επίπεδα της βιταμίνης D ήταν 7 φορές υψηλότερα από το επίπεδο που απαιτείται για την επάρκεια.

Ακόμα, αποδείχθηκε ότι είχε οξεία νεφρική βλάβη, όμως τα αποτελέσματα διαφόρων ακτινογραφιών και τομογραφιών για τον έλεγχο του καρκίνου ήταν φυσιολογικά.

Δύο μήνες μετά το εξιτήριο από το νοσοκομείο, τα επίπεδα του ασβεστίου είχαν επανέλθει στο φυσιολογικό, αλλά τα επίπεδα βιταμίνης D εξακολουθούσαν να είναι σε ασυνήθιστα υψηλά επίπεδα.

«Σε παγκόσμιο επίπεδο, υπάρχει μια αυξανόμενη τάση υπερπρόσληψης της βιταμίνης D, μια κλινική κατάσταση που χαρακτηρίζεται από αυξημένα επίπεδα βιταμίνης D3», με τις γυναίκες, τα παιδιά και τους χειρουργημένους ασθενείς να είναι πιο πιθανό να επηρεαστούν, σύμφωνα με τους συγγραφείς.

Τα συμπτώματα της υπερβιταμίνωσης D είναι πολλά και ποικίλα και αργούν να εμφανιστούν. Σε αυτά περιλαμβάνονται μεταξύ άλλων η υπνηλία, η σύγχυση, η ψύχωση, η κατάθλιψη, η ανορεξία, το κοιλιακό άλγος, ο εμετός, η δυσκοιλιότητα, το πεπτικό έλκος, η παγκρεατίτιδα, η υψηλή αρτηριακή πίεση και η νεφρική ανεπάρκεια.

**Πηγή:** [ygeiamou.gr](http://ygeiamou.gr)