

**Tytuł:** Znaczenie suplementacji witaminą D u osób przewlekle chorych z niepełnosprawnościami intelektualnymi lub zaburzeniami neurorozwojowymi (w języku angielskim) / The role of vitamin D supplementation in treating health conditions and diseases common among those with intellectual and/or developmental disabilities

**Słowa kluczowe:** PROFILAKTYKA WITAMINA D ZABURZENIA NEUROROZWOJOWE NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ INTELEKTUALNA

**Keywords:** VITAMIN D INTELLECTUAL DISABILITIES DEVELOPMENTAL DISABILITIES

**Autorzy:**

William B. Grant - Sunlight, Nutrition, and Health Research Center, San Francisco

**Streszczenie:**

Osoby niepełnosprawnych intelektualnie i/lub z zaburzeniami neurorozwojowymi często występują niskie stężenie witaminy D z powodu ciągłego przebywania w pomieszczeniach. Sytuacja ta może prowadzić do wielu niepożądanych skutków zdrowotnych. Ostatnio opublikowany przegląd piśmiennictwa wskazuje na związek między ograniczoną ekspozycją na promieniowanie ultrafioletowe typu B, stężeniem witaminy D i zwikszo­nym ryzykiem kilku niekorzystnych warunków zdrowotnych i typowych dla tej populacji schorzeń. W artykule dokonano przeglądu danych z badań klinicznych dotyczących znaczenia witaminy D w leczeniu tych typowych stanów i chorób w populacji ogólnej. Objawiane zostają takie schorzenia jak astma, autyzm, rak, depresja, cukrzyca typu 2, upadki i zapałania, zdrowie jamy ustnej, bóle i zaburzenia snu oraz sarkopenia. Choć korzystne efekty suplementacji witaminą D opisywano dla wszystkich tych stanów lub chorób, pacjenci oczywiście nie zostali całkowicie wyleczeni. Należy uznać, że leczenie witaminą D jest przydatne i może poprawić standardowy praktyki medycznej, ale kuracja taka nie powinna zastępować leczenia choroby podstawowej. Zaleca się jednak, aby stężenie witaminy D u tych pacjentów zostało zwiększone do 75-125 nmol/l.

**Abstract:**

People with intellectual and/or developmental disabilities often have low vitamin D concentrations from staying indoors. This situation can lead to several adverse health outcomes. A recent paper reviewed the scientific evidence that low ultraviolet-B exposure and vitamin D concentrations is associated with increased risk for several adverse health conditions and diseases common in this population. This paper reviews the evidence from clinical studies on the effect of vitamin D in treating these conditions and diseases for general populations. Included are asthma, autism, cancer, depression, diabetes mellitus type 2, falls and fractures, oral health, pain and sleep, and sarcopenia. Although beneficial effects have been reported for all these conditions or diseases, the patients were not completely cured. Thus, though vitamin D treatment should be considered useful and can augment standard medical practice, it generally does not replace medical treatment. It is recommended that vitamin D levels be raised to 75–125 nmol/L.