

**D-VIT**  
השלמת הטיפול באוסטאופורוזיס,  
מונע כ-30% משברי צוואר הירך



**D-VIT התנועה זורמת**

**D-VIT, בעל הפרופיל הבטיחותי הגבוה,  
להשלמה תזונתית של התצרוכת  
היומית של ויטמין D3**

לנוחיותכם: שלוש פרזנטציות של **D-VIT**

**די-ויט טבליות**

כל טבליה מכילה 400IU ויטמין D3  
בטבליות קטנות במיוחד, נוחות לבליעה!  
להיענות גבוהה לטיפול.



**די-ויט טיפות 200U**

כל טיפה מכילה 200IU ויטמין D3, בסביבת  
שמן זית פרמקופיאלי, בעל טעם משופר  
וללא ריח לוואי. לספיגה משופרת והיענות  
גבוהה לטיפול. בקבוקון לחיץ, נוח לטיפול.



**די-ויט טיפות 400U**

כל טיפה מכילה 400IU ויטמין D3, בסביבת  
שמן זית פרמקופיאלי, בעל טעם משופר  
וללא ריח לוואי. לספיגה משופרת והיענות  
גבוהה לטיפול. בקבוקון לחיץ, נוח לטיפול.



\* המלצות בעלון זה, אינן מהוות המלצות רפואיות, בכל מקרה יש להיוועץ  
ברופא במידת הצורך.

\*\* נשים בהריון, נשים מניקות, אנשים הנוטלים תרופות מרשם וילדים-  
יש להיוועץ ברופא.

\*\*\* תוסף תזונה

לפרטים נוספים | 1-800-800-678 | [www.meditec.co.il](http://www.meditec.co.il)



בריאות מתקדמת אלך

**אוסטאופורוזיס שוברת מבפנים**

**אוסטאופורוזיס**

מחלה הפוגעת במסת העצם. בגילאי 50 ומעלה חל  
תהליך מואץ של איבוד מסת העצם הפוגע בעיקר  
בעצם הספוגית המצויה בגופי החוליות, עצמות  
שורש כף היד וצוואר הירך.

שברים בגופי החוליות מביאים לידי קיצור קומה  
ולכאבי גב קשים. שבר בצוואר הירך עלול להביא  
לידי קיצור הרגל, לצליעה ולנכות קבועה.

50% מהנשים ו-20% מהגברים מעל גיל 50 יסבלו  
משבר אוסטאופורוזיס.

מחסור בויטמין D3 הינו גורם סיכון מרכזי  
לאוסטאופורוזיס ולשברים הנוצרים ממנו.

**D-VIT מכיל ויטמין D3  
החינוי לבניית העצם**

ויטמין D3-מעודד ומווסת ספיגת סידן. ויטמין D3  
הוא צורתו הטיבעית של הויטמין בגוף ולכן ספיגתו  
יעילה ביותר.

הויטמין נוצר בגופנו בעור בעקבות חשיפה לשמש.  
חשיפה לאור השמש יעילה רק כאשר העור נחשף  
לקרינה אולטרה סגולה. קרינה זו מסופקת רק כאשר  
השמש נמצאת גבוהה בשמיים, כלומר למשך כמה  
שעות מעטות בכל יום, בעיקר בקיץ.

גורמים נוספים המשפיעים על מידת יכולתו של העור  
לייצר ויטמין D3 בעזרת השמש, הם צבע העור,  
(מלנין-חוסם את מרבית הקרינה האולטרה סגולה  
ולכן אצל כהי העור חוסר בויטמין D נפוץ יותר)  
ושימוש במקדמי הגנה.

## לויטמין D תפקידים רבים

ידוע כי רצפטורים לויטמין D נמצאים על גבי תאים רבים ומגוונים, עובדה המצביעה על קשר אפשרי למחלות שונות ותפקודיו החיוניים של ויטמין D, מלבד שימור מסת העצם. לאחרונה פורסמו מאמרים בהם נראה כי לויטמין D עשויה להיות השפעה מסוימת במגוון תהליכים.\*

### • בריאות העצם

מחקרים קליניים רבים הוכיחו חד משמעית כי מחסור בוויטמין D הביא לירידה בספיגת הסידן וכתוצאה מכך לעלייה בסיכון לשברים.

מסתבר שחשיבותו של ויטמין D גבוהה מזו של הסידן לשמירה על מסת עצם תקינה. במחקר שנערך בקרב אנשים בריאים לגבי הצריכה יומית של סידן וויטמין D, הראה כי אנשים עם רמות מספקות של ויטמין D בדם היו בעלי רמות רצויות של PTH (ההורמון האחראי על משק הסידן בעצם) גם כאשר צרכו פחות מ- 800 מ"ג סידן.

### • מניעת רככת בילדים

בילדים ובתינוקות רככת היא מחלה הנגרמת כתוצאה ממחסור חמור בוויטמין D, הגורם לירידה במינרליזציה של העצם שנמצאת בתהליך גדילה. שרותי הבריאות ממליצים על מתן ויטמין D3 במינון אחיד של 400 יחידות בינלאומיות לכלל התינוקות מהימים הראשונים לחייהם ועד גיל שנה.

### • הריון והתפתחות העובר והילוד

לויטמין D ישנה חשיבות רבה בתקופת ההיריון. מחסור בוויטמין D בזמן ההיריון ישפיע על התפתחות העובר ובהמשך על התפתחות התינוק. אצל התינוק ישפיע הדבר בכך שתתכן ירידה במינרליזציה של העצם, הפרעה בגדילה, רככת ועלייה בסיכון לשברים.

### • סרטן

ידוע שלויטמין D תפקיד בבקרת גנים וגדילת תאים. תוספת שלו עשויה לעכב גדילה של תאים סרטניים.

מינונים גדולים של ויטמין D עשויים להוריד את הסיכון לסרטן, כך נקבע גם על-פי מחקר אמריקני בן ארבע שנים על-ידי חוקרים מבית הספר לרפואה של אוניברסיטת Creighton, אשר כלל יותר מ-1,100 נשים מעל גיל 55. נשים שנטלו סידן וויטמין D במינון הגבוה פי שלושה מזו המומלצת לצריכה יומית לאנשים בגיל העמידה היו בשכיחות נמוכה ב-60% לסרטן, לעומת נשים שלא נטלו את הוויטמין.

### • מערכת החיסון

ויטמין D הינו רכיב תזונה חשוב במיוחד למערכת החיסונית והבריאות הכללית, לויטמין השפעה מכרעת על מערכת החיסון ובהתמודדות כנגד ירוסים, כמו וירוס השפעת.

במחקרים בקרב ילדים, נמצא כי בילדים שצרכו 1200 יחב"ל ויטמין D, רק אחד מתוך עשרה חלה בשפעת, לעומת קבוצת הביקורת בו חלו אחד מתוך חמישה.

### • כאב

כמות מספקת של ויטמין D עשויה לעזור ולשלוט בכאב כרוני. חוקרים מהמרכז המקיף של "Mayo" לשיקום כאבים, שבמינסוטה, דיווחו כי אחד מכל ארבעה חולים שסבלו מכאב כרוני סבלו גם מרמות לא מספקות של ויטמין D בדם. חולים שסבלו מכמות לא מספקת של ויטמין D נזקקו גם למינונים גבוהים יותר של מורפיום לאורך תקופות ארוכות יותר.

### • עייפות ודכאון

במחקר רב מרכזי בארה"ב ואיטליה בקרב נשים וגברים מעל גיל 65 נמצא סיכון מוגבר לפתח תסמיני דיכאון, בקבוצה שנצפו בה רמות נמוכות של ויטמין D בדם. במחקר אחר, נמצא קשר בין רמות נמוכות של ויטמין D, לעייפות ודיכאון עונתי, שיפור ניכר בדיכאון לפי סולם מדד המילטון נמצא עם שיפור ברמות ויטמין D בסרום.

### • סוכרת

רמות נמוכות של ויטמין D בדם משפיעות על הסינתזה והפרשת הורמון האינסולין מתאי ביתא בבלבל והסיכוי לפתח עמידות לאינסולין. במחקר אחר נצפה שרמה נמוכה של ויטמין D3 מתחת ל-20 ני"ג/מ"ל הייתה קשורה בתנגודת לאינסולין ותסמונת מטבולית.

### • מחלות אוטואימוניות

מחקר ארוך טווח, שבו עקבו במשך מספר שנים אחר 15000 נשים, הצביע על הקשר בין מחלות אוטואימוניות כדלקת מפרקים וחסר בוויטמין D. כמו כן, נמצא מתאם בין רמות ויטמין D נמוכות ועלייה בסיכון לטרשת נפוצה, לופוס ופיברומיאליגיה.

### • יתר לחץ דם

נטילת ויטמין D הפחיתה רמות לחץ דם בחולים, כמו כן, פעילות רנין אנגיוטנסין הושפעה מרמות ויטמין D בדם (רנין אנגיוטנסין-מערכת הורמונלית המהווה חלק חשוב בבקרת לחץ דם).

### • מחלות לב

נמצא מתאם משמעותי בין רמות נמוכות של ויטמין D בסרום בקרב חולים עם מחלות לב (CHF). כמו כן, נמצא קשר בין המחסור לחומרת הסימפטומים. החוקרים סבורים כי רמות נמוכות של הוויטמין עלולות להביא לשינויים ברמות הסידן בשריר הלב והתכווצותו של שריר הלב.

### • מערכת העצבים

מחקרים אחרונים הראו כי ייתכן קשר אפשרי בין מחסור בוויטמין D ותפקודה של מערכת העצבים המרכזית, אי לכך מחסור בוויטמין D, יכול להשפיע בעקיפין על מחלות כגון: אלצהיימר, וטרשת נפוצה.

### • תפקוד המח

בסקירה חדשה לגבי יתרונותיו של ויטמין D, חוקרים מהמוסד למחקר של בית החולים לילדים אוקלנד גילו כי ישנן ראיות רבות לכך שוויטמין D חשוב להתפתחות המוח ותפקודו, אי לכך אנשים בסיכון גבוה לחוסר בוויטמין צריכים לקחת תוספות.