

نقص فيتامين «د» مرتبط مباشرة بالخرف



إعداد: مصطفى الزعبي

«كشفت دراسة دولية بقيادة باحثين من جامعة جنوب أستراليا وجود صلة مباشرة بين الخرف ونقص فيتامين «د»

يعد الخرف أحد الأسباب الرئيسية للإعاقة والتبعية بين كبار السن في جميع أنحاء العالم، حيث يؤثر في التفكير والسلوك مع تقدم العمر.

عند التحقيق في الارتباط بين فيتامين «د» وميزات التصوير العصبي وخطر الإصابة بالخرف والسكتة الدماغية، بينت الدراسة ارتباط المستويات المنخفضة من فيتامين «د» بانخفاض حجم المخ وزيادة خطر الإصابة بالخرف والسكتة الدماغية.

«ويمكن منع ما يصل إلى 17% من حالات الخرف عن طريق زيادة مستويات فيتامين «د»

والخرف متلازمة مزمنة أو تقدمية تؤدي إلى تدهور الوظيفة الإدراكية. يعاني حوالي 487500 أسترالي «بلد الدراسة» الخرف، وهو ثاني سبب رئيسي للوفاة في البلاد، وعلى الصعيد العالمي، يعاني أكثر من 55 مليون شخص الخرف مع تشخيص 10 ملايين حالة جديدة كل عام

نشرت في المجلة الأمريكية للتغذية السريرية، الدراسة الجينية حللت البيانات من 294514 مشاركاً من البنك الحيوي في المملكة المتحدة، لفحص تأثير المستويات المنخفضة من فيتامين «د» وخطر الإصابة بالخرف والسكتة الدماغية

وقال البروفيسور إلينا هيبونن، كبير الباحثين ومدير المركز الأسترالي للصحة الدقيقة في جامعة جنوب إفريقيا: «النتائج مهمة للوقاية من الخرف وتقدير الحاجة إلى القضاء على نقص فيتامين (د)

وأضاف: «فيتامين (د) هو مقدمة هورمونية يتم التعرف إليها بشكل متزايد لتأثيراتها الواسعة النطاق، بما في ذلك صحة الدماغ، ولكن حتى الآن كان من الصعب للغاية فحص ما يمكن أن يحدث إذا تمكنا من منع نقص فيتامين (د) ودراستنا هي الأولى التي تدرس تأثير المستويات المنخفضة جداً من فيتامين (د) على مخاطر الخرف والسكتة الدماغية، باستخدام تحليلات جينية قوية بين عدد كبير من السكان

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2026