

لمن يعانون هذا المرض.. احذروا نقص فيتامين "D"



في تحذير واضح لمرضى الصدفية، أظهر بحث أميركي يعد الأكبر على الإطلاق أُجري على ما يقرب من 500 حالة، أن نقص فيتامين "D" أو انخفاض مستوياته بنسبة كبيرة، يزيد من شدة الصدفية.

وتشير النتائج التي توصل إليها طبيب الأمراض الجلدية في جامعة "براون"، إيونونغ تشو، وزملاؤه ونشرت في مجلة "ساينس أليرت" العلمية، إلى أن الأشخاص الذين يعانون من هذا المرض الجلدي المزعج والذي يؤثر على أكثر من 8 ملايين شخص في الولايات المتحدة قد يستفيدون من الأطعمة أو المكملات الغذائية الغنية بفيتامين "D".

ما هو مرض الصدفية؟

والصدفية هو مرض مناعي يتسم بتحول سريع غير طبيعي لخلايا الجلد، وسببه الدقيق غير واضح، وأي شخص

يعاني من تراكم الخلايا الميتة المزمن، والذي يسبب بقعاً متقشرة وحكة، يمكن وصفه بالصدفية.

ويعتقد العلماء أن فيتامين "D" يلعب دوراً في منع تطور الأمراض الجلدية عن طريق تعديل الاستجابة المناعية والعمل مباشرة على إصلاح خلايا الجلد.

وتم تقييم مستويات فيتامين "D" لدى الأفراد الذين يعانون من مرض الصدفية في عينة تمثل سكان الولايات المتحدة، حيث استخدم الباحثون مساحة سطح الجسم المصابة بالصدفية المبلغ عنها ذاتياً لقياس شدة المرض لدى كل فرد، كما قاموا بجمع بيانات عن مستويات فيتامين "D" من عينات الدم.

علاقة مباشرة بالمرض

بعد تعديل البيانات، لمراعاة عوامل نمط الحياة مثل العمر والجنس والعرق ومؤشر كتلة الجسم وعادات التدخين، وجد التحليل أن الأشخاص الذين لديهم مستويات منخفضة من فيتامين "D" يعانون من الصدفية الأكثر حدة، ومن ناحية أخرى، كلما كان جلد الشخص أقل تأثراً بالصدفية، كان متوسط مستويات فيتامين . الدراسة بحسب ، أعلى "D"

وتشير هذه العلاقة إلى أن فيتامين "D" قد يؤثر على كيفية نشوء الصدفية وتطورها.

ورغم أن النتائج تشير وفق الباحثين إلى أن اتباع نظام غذائي غني بفيتامين "D" أو مكملاته عن طريق الفم قد توفر أيضاً بعض الفوائد لمرضى الصدفية"، إلا أنهم لفتوا إلى ضرورة أن يتم هذا الأمر بإشراف الأطباء المختصين، فبالرغم من أن تسمم فيتامين "D" غير شائع، إلا أن المكملات دون استشارة طبية يمكن أن تكون خطيرة وتتعارض مع الأدوية الأخرى.