

Распространенность дефицита витамина D у трудоспособного населения

России

В.В. Егоров, Н.Н. Григорьев

ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова», г. Якутск, Россия

Резюме

Цель: Провести анализ актуальной научной литературы для определения обеспеченности уровнем витамином D у трудоспособного населения России.

Материалы и методы: Был произведен поиск и анализ отечественных исследований по данной проблематике с использованием баз данных eLibrary и CyberLeninka. 11 исследований соответствовали критериям включения, опубликованные в научных журналах с 2016 по 2023 гг.

Результаты: В 11 исследованиях среднее значение уровня 25(OH)D в сыворотке крови в составляет - 22,65 нг/мл. Данное среднее значение по данным Российской ассоциации эндокринологов 2016 г., является «недостаточным».

Вывод: Дефицит витамина D является актуальной проблемой общественного здравоохранения в России. Низкие уровни витамина D негативно отражаются на здоровье трудоспособного населения, и как показывают проведенные исследования, данная проблема требует незамедлительных мер.

Введение

Витамин D в настоящее время является одной из самых исследуемых тем не только в России, но и во всем мире. Активная форма витамина D влияет на весь организм человека, особенно для трудоспособного населения. Дефицит витамина D в России, с климатогеографическими и сезонными особенностями, является актуальной проблемой, так как низкие уровни витамина D сильно коррелируют со сниженным уровнем кальция, что в свою очередь, приводит к негативным последствиям и снижению работоспособности. [2]

Материалы и методы

•Проведен поиск и анализ отечественных работ по изучаемой проблематике, с использованием баз данных eLibrary.ru и CyberLeninka. Главными критериями отбора публикаций являлись: участники исследования должны проживать на территории Российской Федерации; участниками являются население трудоспособного возраста; участники исследования должны соответствовать понятию «условно-здоровый», участники исследования не принимали медикаментозные препараты с содержанием витамина D. Найдено 11 работ соответствующие критериям, опубликованных в передовых и высокорейтинговых журналах с 2016 по 2023 гг., которые четко отвечали цели нашего исследования. Всего обследовано участников – 46980.

•Для оценки статуса витамина D у участников, исследователи определяли уровень 25(OH)D в сыворотке крови надежным методом относительно международных стандартов (DEQAS, NIST) [2].

Результаты и обсуждение

Общее количество исследованных участников составляет – 46980. Среднее значение уровня 25(OH)D в сыворотке крови 11 исследований составляет – 22,65 нг/мл (Рис. 1). Данное среднее значение по данным Российской ассоциации эндокринологов 2016 г., является «недостаточным». У 2 исследований среднее значение витамина D определяется как «дефицитный».

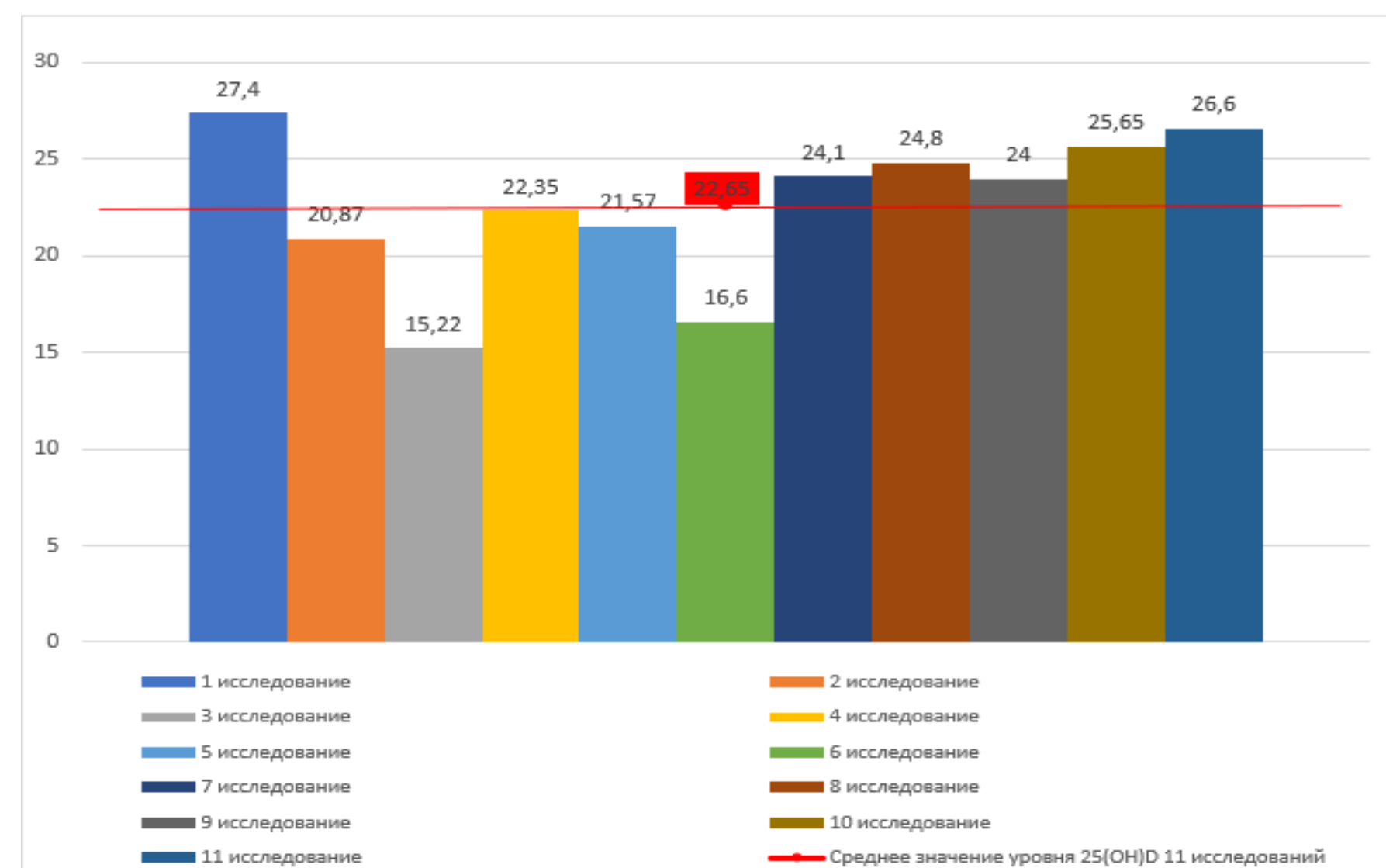


Рис. 1. Среднее значение уровня 25(OH)D в сыворотке крови исследованных участников

В ходе анализа исследований содержание витамина D в крови у обследованных лиц из России можем наблюдать во всех исследованных группах (Рис. 1.). Особенно, низкие уровни дефицита витамина D зафиксировано на Крайнем Севере, так как климатогеографические и сезонные колебания мешают выработке витамина D за счет УФ лучей. Географическое расположение не позволяет образовывать достаточное количество витамина D кожей. [2, 4, 5]. Также питание современного общества показывает неудовлетворительную картину с содержанием витамина D, так как сбалансированное и адекватное питание является одним из важных факторов оптимального уровня витамина D в крови. Как утверждают авторы, оптимальное значение витамина D имели коренные народы, нежели жители, привыкшие к современному образу жизни. Связывают это с тем, что у коренного народа Севера кочевой образ жизни оленеводов, и продукты питания богаты витамином D по сравнению с продуктами «урбанизированного» общества [5].

Благоприятный статус витамина D можем наблюдать у трудоспособного возраста столичных городов (Москва, С.-Петербург). Авторы связывают с экономическим благополучием региона, так как увеличивается широкий выбор профилактических препаратов, содержащих витамин D, также богатый выбор продуктов питания с данным витамином [1, 2, 3, 4].

По половому признаку дефицит витамина D, как утверждают авторы, не распространяется. Концентрация уровня 25(OH)D в сыворотке крови по большей степени зависит от возраста, места проживания и особенностей питания, также от сезонных колебаний. В исследовании проведенном в 105 городах России оптимальное значение уровня витамина D наблюдалось у 98,2% участников, возраст которых составляет от 21-45 лет, что доказывает факт влияния возраста на уровень витамина D. Поэтому к каждому трудоспособному населению нужно подходить индивидуально, исходя от возраста, образа жизни, питания и в некоторых возрастных группах - от пола. [2, 3].

Заключение

Данный анализ подтверждает факт низкого уровня витамина D у трудоспособного населения Российской Федерации, «дефицитное» состояние витамина D распространенное явление и требует незамедлительного решения этой проблемы. Как утверждают авторы, необходимо провести профилактические и диагностические мероприятия для коррекции низких уровней витамина D.

Список литературы

1. Суплотова Л.А., Авдеева В.А., Пигарова Е.А., Рожинская Л.Я., Трошина Е.А. Дефицит витамина D в России: первые результаты регистрового неинтервенционного исследования частоты дефицита и недостаточности витамина d в различных географических регионах страны // Проблемы эндокринологии. – 2021. Т.67. №2. С. 84-92.
2. Пигарова Е.А., Рожинская Л.Я., Беля Ж.Е., Дзеранова Л.К. и др. Клинические рекомендации Российской ассоциации эндокринологов по диагностике, лечению и профилактике дефицита витамина D у взрослых // Проблемы эндокринологии. – 2016. №4. С.60-84.
3. Желтикова Т.М., Денисов Д.Г., Мокроносова М.А. Гендерные и возрастные особенности статуса витамина D (25(OH)D) в России // РМЖ. 2019. №12. С.51–56.
4. Вильмс Е.А., Добровольская Е.В., Турчанинов Д.В., Быкова Е.А., Сохошко И.А. Обеспеченность взрослого населения Западной Сибири витамином D: данные популяционного исследования // Вопросы питания. 2019. Т. 88, № 4. С. 75–82.
5. Корчин В.И., Бикбулатова Л.Н., Корчина Т.Я. Особенности содержания жирорастворимых витаминов у коренного и пришлого населения Крайнего Севера // Медицинская науки и образование Урала. 2021. Т. 22. №3. С. 13-16.