

La vitamine D, un booster d'immunité ?



SEXTANT 76
faire le point pour prendre le bon cap



Parlez-en à votre médecin lors de votre prochaine visite

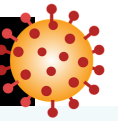


VOUS MANQUEZ PROBABLEMENT DE VITAMINE D...



En France et particulièrement au nord de la Loire, 80% de la population est carencée en vitamine D par manque d'ensoleillement.

QUEL INTÉRÊT FACE À LA PANDÉMIE DE COVID-19 ?



Le saviez-vous?

Les vertus préventives de la vitamine D :

- dépression
- maladies neuro-dégénératives
- maladies vasculaires
- ostéoporose
- vieillissement musculo-squelettique

Depuis de nombreuses années, le rôle bénéfique de la vitamine D sur l'immunité en particulier de la sphère respiratoire se vérifie.

Une dose quotidienne de 1500 UI ou hebdomadaire de 10 000 UI participe à diminuer le risque d'infection et donc de COVID.

Lors de la pandémie de Sars-CoV2, une étude du CHU d'Angers¹ et une étude américaine sur 200 000 patients² suggèrent que les patients à risque supplémentés ont fait des formes moins graves de la maladie.

¹Annweiler G. ; Vitamin D Supplementation Associated to Better Survival in Hospitalized Frail Elderly COVID-19 Patients. Nutrients 2020, 12, 3377 ;
²Kaufman HW : SARS-CoV-2 positivity rates associated with circulating 25-hydroxyvitamin D levels. PLoS ONE 15(9) 2020

AVEC OU SANS ORDONNANCE

EXEMPLES PROPOSÉS DE SUPPLÉMENTATION

(LISTE NON EXHAUSTIVE DEMANDEZ CONSEIL À VOTRE PHARMACIEN)

Spécialité (Flacons de 10 ml)	Dose recommandée	Délivrance	Prix
ADRIGYL 10 000 UI / ml 1 goutte = 333 UI	4-5 gouttes par jour ou ~30 gouttes par semaine Enfant : 2 gttes par jour ou 14 gttes par semaine	5 à 6 flacons par an	1 flacon < 3 € soit 15 à 18 € par an
ZYMAD 10 000 UI / ml 1 goutte = 300 UI	5 gouttes par jour ou ~35 gouttes par semaine Enfant : 2 gttes par jour ou 14 gttes par semaine	5 à 6 flacons par an	1 flacon < 3 € soit 15 à 18 € par an

Vous êtes suivi pour une de ces maladies :

- calculs urinaires
- hypercalcémie
- maladie rénale congénitale
- sarcoïdose

Parlez-en à votre médecin ou à votre pharmacien avant toute délivrance.