

Tytuł: Suplementacja witaminy D u kobiet ciężarnych i karmiących oraz ich potomstwa. / Vitamin D supplementation of pregnant and lactating women and their offspring.

Słowa kluczowe: 25(OH)D ciąża laktacja niedobór witaminy D niemowlęta witamina D

Keywords: 25(OH)D infants lactation pregnancy vitamin D deficiency vitamin D

Autorzy:

Justyna Czech-Kowalska - Klinika Patologii i Intensywnej Terapii Noworodka, Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”, Warszawa

prof. dr hab. Anna Dobrzańska - Klinika Patologii i Intensywnej Terapii Noworodka, Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”, Warszawa

Streszczenie:

Witamina D bierze udział w regulacji homeostazy Ca-P oraz w bardzo wielu innych procesach fizjologicznych. Kobiety ciężarne, karmiące piersią oraz ich potomstwo należą do grupy zwiększonego ryzyka niedoboru witaminy D, który w okresie ciąży ma negatywny wpływ nie tylko na zdrowie kobiety, ale również zdrowie jej potomstwa. Odsetek niedoborów witaminy D u kobiet ciężarnych jest bardzo wysoki, pomimo podaży preparatów wielowitaminowych. Płód jest całkowicie zależny od przezłożyskowego transportu 25-hydroksywitaminy D. Zatem niedobory w okresie ciąży prowadzą do niedoborów u płodu i noworodka. Aby zapewnić optymalne zasoby witaminy D kobiecie ciężarnej, a także matce karmiącej piersią, wskazana jest suplementacja witaminy D w dawce 800–1000 IU/d, o ile nie ma dostatecznej syntezy skórnej i/lub podaży z diety. Kontrola stężenia 25(OH)D we krwi zapewnia pełne bezpieczeństwo oraz skuteczność suplementacji. Niemowlęta karmione piersią są w grupie ryzyka niedoboru witaminy D, o ile nie prowadzi się suplementacji. Rekomendowana dawka witaminy D dla niemowląt wynosi 400 IU/d, począwszy od pierwszych dni życia.

Abstract:

Adequate vitamin D intake and its status are important for bone health, Ca-P metabolism and many others physiological processes. Pregnant and breast feeding women and their offspring are in a group of increased risk of vitamin D deficiency. Percentage of vitamin D deficiency among pregnant women and their newborns is very high despite of wide range of prenatal multivitamin supplementation. Vitamin D deficiency during pregnancy has negative impact not only on women health but also on their offspring health. Vitamin D supplementation at dose 800–1000 IU/d in case of lack of vitamin D endogenous synthesis and/or low consumption from diet is necessary during pregnancy and lactation to keep optimal vitamin D status of mother and offspring. For safety and efficacy, measurement of serum 25(OH)D concentration during supplementation should be considered. Breastfeeding without supplementation is an important risk factor of vitamin D deficiency in infancy. Vitamin D is recommended for infants at a dose of

400IU/d beginning from first day of life.