

Witamina D może chronić przed rozwojem nowotworów

20 listopada 2020

Od wielu lat naukowcy próbują wyjaśnić, czy poziom witaminy D w organizmie może przyczyniać się do zmniejszenia ryzyka rozwoju niektórych nowotworów. Taką korelację widać w danych epidemiologicznych, które pokazują, że ludzie żyjący bliżej równika rzadziej chorują i umierają na niektóre nowotwory. Również w badaniach na hodowlach komórkowych i na myszach widać, że witamina D spowalnia rozwój nowotworów. Jednak randomizowane badania kliniczne nie wykazały jednoznacznie istnienia takiego zjawiska.

W 2018 roku zakończyły się badania o nazwie „Vitamin D and Ometa-3 Trial (VITAL)”. Po analizie wyników ich autorzy doszli do wniosku, że witamina D nie zmniejsza ryzyko zachorowania na nowotwory, ale może zmniejszać ryzyko zgonów z powodu nowotworów.

Teraz naukowcy z Brigham and Women's Hospital ponownie przeanalizowali wyniki VITAL, skupiając się przy tym na związku pomiędzy suplementacją witaminą D a ryzykiem rozwoju metastatycznego lub śmiertelnego nowotworu.

Autorzy nowej analizy informują na łamach [„JAMA Network Open”](#), że przyjmowanie witaminy D było powiązane z 17-procentowym spadkiem ryzyka pojawienia się zaawansowanego nowotworu. Gdy zaś przyjrzeli się tylko osobom o prawidłowym BMI odkryli, że w ich przypadku ryzyko jest mniejsze aż o 38%. To zaś sugeruje, że masa ciała może wpływać na związek pomiędzy witaminą D a ryzykiem rozwoju zaawansowanego nowotworu.

„Nasze badania wskazują, że witamina D może zmniejszać ryzyko rozwoju zaawansowanych form nowotworów. Witamina D jest łatwo dostępnym i tanim suplementem, który jest używany i badany od dziesięcioleci. Uzyskane przez nas wyniki, szczególnie zaś

duży spadek ryzyka u osób z prawidłową wagą, dostarczają nowych informacji na temat związku witaminy D ze stopniem zaawansowania nowotworu” – mówi jeden z autorów analizy, Paulette Chandler z Brigham and Women’s Hospital.

Badania VITAL trwały przez ponad 5 lat. Brali w nich udział mężczyźni w wieku co najmniej 50 lat oraz kobiety w wieku co najmniej 55 lat, którzy w momencie rozpoczęcia badań nie chorowali na nowotwory. VITAL zaprojektowano tak, by zbadać niezależnie od siebie wpływ suplementów witaminy D oraz kwasów omega-3 oraz łączny wpływ suplementacji na nowotwory.

Pacjentów podzielono na cztery grupy. Jedna przyjmowała witaminę D (2000 IU/dzień) oraz omega-3, druga witaminę D i placebo, trzecia omega-3 i placebo, a czwarta wyłącznie placebo. Punktami końcowymi badania, czyli tym, co chciano zmierzyć, były wpływ takiej suplementacji na pojawienie się poważnych incydentów ze strony układu naczyniowego oraz zachorowalność na nowotwory. Autorzy VITAL poinformowali, że pomiędzy grupami nie zauważono różnicy w częstotliwości występowania nowotworów, jednak zauważono różnice w odsetku zgonów spowodowanych nowotworami.

Podczas drugiej analizy Chandler i jej zespół przyjrzeni się zaawansowanym przypadkom nowotworów u osób, które brały lub nie brały suplementów witaminy D. Sprawdzono też ewentualny wpływ BMI.

Wśród ponad 25 000 uczestników VITAL w ciągu 5 lat zdiagnozowano 1617 przypadków inwazyjnego nowotworu. Wśród niemal 13 000 osób, które otrzymywały witaminę D zanotowano 226 zachorowań, a wśród tych, którzy otrzymywali placebo zachorowań było 274. Wśród 7843 osób o prawidłowym BMI, które brały witaminę D tylko u 58 doszło do rozwoju zaawansowanego nowotworu, gdy tymczasem nowotwór taki pojawił się u 96 osób wśród biorących placebo.

Z wcześniejszych badań wiadomo, że otyłość może wpływać na

sposób działania witaminy D. Powiązany z nią stan zapalny może zmniejszać efektywność witaminy D poprzez zmniejszenie czułości jej receptorów lub zmianę szlaku sygnałowego. Badania witaminy D na osobach z cukrzycą typu 2. wykazały, że większe korzyści z zażywania witaminy odnoszą ludzie z prawidłową masą ciała, a osoby otyłe w ogóle nie odczuwają korzyści.

Wiemy też że u osób cierpiących na nowotwory niedobory witaminy D są czymś powszechnym oraz że większy odsetek tłuszczu w organizmie jest powiązany z większym ryzykiem niektórych nowotworów.

„Uzyskane przez nas wyniki w połączeniu z wynikami wcześniejszych badań wspierają hipotezę mówiącą, że witamina D chroni przed rozwojem zaawansowanych nowotworów” – mówi Chandler.

Autor: Mariusz Błoński

Na podstawie: Brigham and Women's Hospital

Źródło: KopalniaWiedzy.pl