



Vitamin D status is associated with sociodemographic factors, lifestyle and metabolic health

Tuija Jääskeläinen¹, Paul Knekt¹, Jukka Marniemi², Laura Sares-Jäске¹, Satu Männistö¹, Markku Heliövaara¹, Ritva Järvinen³

Eur J Nutr, julkaistu verkossa 1.5.

Seerumin D-vitamiinipitoisuus yhteydessä useisiin tekijöihin

Seerumin D-vitamiinipitoisuus on yhteydessä ravintotottumuksiin, elintapoihin, metaboliseen terveyteen ja sosiodemografiseen asemaan. Kyseiset tekijät voivat sekoittaa seerumin D-vitamiinipitoisuuden ja kroonisten sairauksien välillä havaittuja yhteyksiä. D-vitamiinin kokonaissaantia voidaan arvioida kalsidiolin (25-OH-D) pitoisuudella seerumissa. Pienen kalsidiolipitoisuuden on todettu liittyvän osteoporoosiin ja osteoporoottisten murtumien riskiin. Lisäksi on saatu viitteitä pienten D-vitamiinipitoisuuksien ja useiden muiden kroonisten sairauksien, kuten tyypin 2 diabeteksen, aivohalvauksen, Parkinsonin taudin ja tiettyjen syöpätyyppien, välisestä yhteydestä.

Vilkaasta tutkimustoiminnasta huolimatta D-vitamiinipitoisuuksiin yhteydessä olevat tekijät tunnetaan yhä puutteellisesti. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa D-vitamiinipitoisuuden määrääviä tekijöitä hyödyntämällä koko Manner-Suomen väestöä edustaneen Terveys 2000 -tutkimuksen aineistoa. Tutkimuksessa oli kerätty tietoa kansalaisten terveydestä ja toimintakyvystä laajan ja monipuolisen terveystarkastuksen, haastatteluiden ja kyselyjen avulla vuosina 2000–2001. Analyysissä huomioitiin 5 714:n tutkimuksen aikaan 30–79-vuotiaan miehen ja naisen tiedot.

Tutkimukseen osallistuneiden seerumin D-vitamiinipitoisuus oli keskimäärin 45,3 nmol/l. Naimisissa tai avoliitossa asuvien D-vitamiinipitoisuudet osoittautuivat suuremmiksi kuin yksineläjien. Myös pitkälle kouluttautuneiden D-vitamiinipitoisuuksien todettiin olevan vähiten kouluttautuneiden

arvoja suuremmat. Toisin kuin useimmissa aiemmissa tutkimuksissa, seerumin D-vitamiinipitoisuuden havaittiin suurentuvan ikääntymisen myötä. Ilmiötä saattaa selittää iäkkäiden runsaampi kalan kulutus.

Kaikista terveellisimpiä elintapoja noudattavilla seerumin D-vitamiinipitoisuus oli keskimäärin 16 nmol/l suurempi kuin epäterveellisimmien elävien. Elintapojen terveellisyyden arviointi perustui painoindeksiin, vapaa-ajan liikunnan määrään, ruokavalioon, tupakointiin ja alkoholin kulutukseen. Metabolisista tekijöistä ainoastaan vyötärön ympärys ja HDL-kolesteroli olivat tilastollisesti merkittävästi yhteydessä D-vitamiinipitoisuuksiin, kun sosiodemografiset tekijät, elintavat ja muut metaboliset tekijät otettiin huomioon.

Tulosten perusteella seerumin D-vitamiinipitoisuus liittyy useisiin tekijöihin, kuten sosiodemografiseen asemaan, ravintotottumuksiin, elintapoihin ja metaboliseen terveyteen. Nämä tekijät voivat ainakin osaksi selittää D-vitamiinipitoisuuksien ja kroonisten sairauksien välillä havaittuja yhteyksiä. ■

¹Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL), Helsinki; ²Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL), Turku; ³Itä-Suomen yliopisto, Kuopio

