

Äidin riittävä D-vitamiininsaanti suojaa vastasyntynyttä puutteelta

Vastasyntyneen napaverestä mitattu 25-hydroksi-D-vitamiinin eli kalsidiolin pitoisuus (25-OHD) korreloi äidin verestä mitattuun, eikä liian pieniä arvoja todettu niillä lapsilla, joiden äitien veressä 25-OHD ylitti yleisesti riittävänä pidetyn tason 50 nmol/l. Tämä todettiin Århusissa, jossa tutkittiin ja seurattiin 107:ää äitiä ja heidän 108:aa lastaan yhdeksän kuukauden ajan synnytyksen jälkeen (við Streym S ym. Eur J Clin Nutr 2013;67:1022).

Napaveren 25-OHD-pitoisuus oli keskimäärin 62 % äidin veren pitoisuudesta, ja korrelaatio äidin ja lapsen D-vitamiinitasojen välillä säilyi neljän kuukauden ajan synnytyksen jälkeenkin. Pieniä pitoisuuksia (<25 nmol/l) mitattiin 66 %:lla niis-

tä lapsista, joiden äidillä pitoisuus oli alle 50 nmol/l mutta vain yhdellä niistä, joiden 25-OHD-pitoisuus äidin veressä ylitti 50 nmol/l. Seurannan aikana useimmilla (>85 %) lapsista veren 25-OHD-pitoisuus oli yli 50 nmol/l, mikä johtui nähtävästi siitä, että yli 95 % lapsista sai päivittäin suosituksen mukaisen 10 µg:n D-vitamiinilisän.

Äidin riittävä raskaudenaikainen D-vitamiinin saanti parantaa vastasyntyneen D-vitamiinitilaa ja auttaa torjumaan vitamiinipuutosta. Raskauden aikana tarvittavia annoksia ei ole tarkoin selvitetty erilaisissa väestöryhmissä (Kiely M. Eur J Clin Nutr 2013;67:1010), mutta tanskalaisen havaintojen mukaan kannattaisi täydentää raskaudenaikaista



ruokavaliota pienellä D-vitamiinilisällä. Lapsien D-vitamiinin saanti pysyi riittävänä, kun heille annettiin päivittäin suositeltu D-vitamiinilisä (10 µg). ■ AnA