

КОРРЕЛЯЦИЯ МЕЖДУ ДЕПРЕССИЕЙ И ПОНИЖЕННОЙ КОНЦЕНТРАЦИЕЙ ВИТАМИНА D3 В ПЛАЗМЕ КРОВИ ЧЕЛОВЕКА

© Кривошеин Александр Евгеньевич

Научный руководитель: Русановский В.В.

Кафедра фармакологии с курсом клинической фармакологии и фармакоэкономики
Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Контактная информация: Кривошеин Александр Евгеньевич — студент 4 курса педиатрического факультета.

E-mail: krivoshein20@mail.ru

Ключевые слова: депрессия, витамин D3, гиповитаминоз и авитаминоз D3

Актуальность исследования: депрессия — распространенное во всем мире заболевание, от которого по данным ВОЗ страдает порядка 5% всей человеческой популяции. В самых тяжелых случаях заболевание способно привести людей к самоубийству [2]. Поэтому понимание существующей взаимосвязи депрессии и пониженной концентрации витамина D3 может помочь врачу-психиатру спланировать более эффективную фармакотерапию [4, 5, 6].

Цель исследования: изучение литературы, анализ и системная оценка результатов ряда научных исследований по взаимосвязи уровня витамина D3 в крови и депрессивными состояниями у людей.

Материалы и методы: актуальные и современные научные статьи и литература, их изучение и системная оценка результатов.

Результаты: данные по оценке степени тяжести депрессии показали, что крайне тяжелые депрессивные расстройства встречались только в случае авитаминоза D3, депрессивные расстройства средней степени тяжести наблюдались у пациентов с гиповитаминозом D3, а при нормальной концентрации в крови витамина D3 — депрессия легкой или средней степени тяжести [1]. Добавка витамина D3 может быть простым способом снижения риска развития депрессии. Фактически, добавление 2000 МЕ/день витамина D3 снижает риск развития депрессии [3].

Выводы: таким образом, на основе системной оценки результатов ряда научных исследований и анализа литературы можно сделать вывод, что взаимосвязь между более низкой концентрацией витамина D3 и повышенным риском развития депрессивных состояний существует.

Литература

1. Дефицит витамина d у больных депрессивными расстройствами у молодых лиц Санкт-Петербурга // Текст научной статьи по специальности «Науки о здоровье»: [сайт]. — 2022 — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/defitsit-vitamina-d-u-bolnyh-depressivnymi-rasstroystvami-u-molodyh-lits-sankt-peterburga> (дата обращения 03.03.2022).
2. Депрессия // Всемирная организация здравоохранения: [сайт]. — 2022 — URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/depression> (дата обращения 01.03.2022).
3. Vitamin D Deficiency and Antenatal and Postpartum Depression: A Systematic Review. *Nutrients*. 2018;10(4): 478. <https://doi.org/10.3390/nu10040478>.
4. Балахонова, Я. И. Клинико рентгенологическая картина гипофосфатемического рахита (гр) и витамин д зависимого рахита (ВДЗР) у детей / Я. И. Балахонова, В. Д. Шварц // *Forcipe*. — 2021. — Т. 4. — № S1. — С. 303–304. — EDN ZIRXGR.
5. Гареев, В. Д. Сравнение заболеваемости у детей дошкольного возраста в зависимости от приёма витамина д / В. Д. Гареев // *Forcipe*. — 2021. — Т. 4. — № S1. — С. 48. — EDN JWWSOH.
6. Лесовик, Ю. А. Роль витамина д в формировании противовирусного иммунитета / Ю. А. Лесовик // *Forcipe*. — 2021. — Т. 4. — № S1. — С. 184. — EDN XEOOYD.