

## D-Nobile

Doplněk stravy



**Vitamin D je jedním ze základních vitaminů potřebných především pro udržení fyziologického stavu pohybového systému. Zdrojem vitaminu D je pro člověka částečně tvorba v kůži působením slunečního záření (tato schopnost bývá u seniorů snížena). Dalším zdrojem je potrava. Nejméně dvě třetiny všech lidí, kteří žijí v severních zeměpisných šířkách, mají nedostatek vitaminu D, především v zimních měsících. Proto je vhodná jeho suplementace. Ze dvou izoform tohoto vitaminu (D2 a D3) je účinnější vitamin D3 (cholekalCIFEROL). Na našem trhu je nyní dostupný přípravek s obsahem vitaminu D3 přírodního původu: doplněk stravy D-Nobile (Erbenobili, Itálie).**

**Složení: Vitamin D3 (cholekalCIFEROL) z lišejníku dutohlávký sobí (Cladonia rangiferina), aditivum: extra panenský olivový olej**

### Charakteristika

Vitamin D se vyskytuje ve dvou hlavních izoformách: jako vitamin D3 (cholekalCIFEROL) a vitamin D2 (ergokalCIFEROL). I když obě formy vstupují v těle do stejných biochemických reakcí (přeměny na kalcidiol v játrech a dále přeměny na účinný metabolit kalcitriol v ledvinách), bylo prokázáno, že vitamin D3, který je účinnou látkou přípravku D-Nobile, je podstatně účinnější. Jeho zdrojem jsou některé potraviny živočišného původu, například mořské ryby. V přípravku D-Nobile je však přítomen cholekalCIFEROL rostlinného původu (z lišejníku Cladonia rangiferina), což má výhodu například pro vegetariány a vegany.

Hlavní význam vitaminu D je v udržování homeostázy vápníku a fosforu, což má zásadní význam pro pevnost kostí. Zvyšuje absorpci kalcia v tenkém střevě a ledvinách, podporuje mineralizaci kostí, potlačuje vliv parathormonu, který indukce resorpci kostí. Vitamin D tedy brzdí odbourávání kostní tkáně a podporuje její obnovu. Dále přispívá k normální funkci protinfekční imunity svým působením na imunitní buňky (například makrofágy, T lymfocyty a B lymfocyty) a podporou tvorby antimikrobiálních peptidů.

K dalším prospěšným účinkům vitaminu D patří podpora funkce kardiovaskulárního systému (prostřednictvím působení na myokard a buňky cév), podpora funkce svalové tkáně a antidiabetické účinky (podpora funkce beta-buněk pankreatu a působení proti inzulinové rezistenci).

Nedostatek vitaminu D vede především k poruchám mineralizace kostí, což se projevuje u dětí křivici (rachitidou), u dospělých osteomalácií. Zvyšuje se riziko infekčních chorob, klesá svalová síla a zvyšuje se riziko pádů u starších osob. Při deficitu vitaminu D může dojít i k dalším poruchám, vyplývajícím z mnohotvárného významu tohoto vitaminu.<sup>1-4</sup>

Jako vitamin rozpustný v tucích potřebuje vitamin D pro adekvátní vstřebávání ze střeva přítomnost tuku. V přípravku D-Nobile je obsažen extra panenský olivový olej, který má vysoký obsah prospěšných složek, například antioxidantně působícího hydroxytyrosolu, u kterého byly prokázány například kardioprotektivní vlastnosti. Jak uvádí výrobce přípravku, synergie mezi účinky vitaminu D a účinky olivového oleje přináší výhodu kombinace prospěšných účinků obou komponent.<sup>5</sup>

**Použití:** Vitamin D přispívá k normální funkci imunitního systému, normálnímu vstřebávání/využití vápníku a fosforu, normální hladině vápníku v krvi, udržení normálního stavu kostí a zubů a normální činnosti svalů. Vitamin D se podílí na procesu dělení buněk.

**Kontraindikace, nežádoucí účinky:** Kontraindikací podání přípravku je přecitlivělost na některou z obsažených složek. Nežádoucí účinky při dodržení dávkování nejsou známy.

**Dávkování a způsob podání:** U dětí v podzimním a zimním období 5 kapek denně (odpovídá 500 IU vitaminu D), u dospívajících a dospělých 10 až 20 kapek denně (odpovídá 1000 až 2000 IU vitaminu D).

**Léková forma:** Kapky

**Balení:** Skleněná lahvička 30 ml

**Statut přípravku:** Doplněk stravy

*Profil byl vypracován odbornou redakcí Edukafarm s využitím podkladů výrobce a další odborné literatury.*

### LITERATURA

1. Nair R, Maseeh A. Vitamin D: the „sunshine“ vitamin. *J Pharmacol Pharmacother* 2012;3:118-126.
2. Hollick MF. Vitamin D deficiency. *N Engl J Med* 2007;357:266-81.
3. Cashman KD. Vitamin D requirements for the future – lessons learned and charting a path forward. *Nutrients* 2018;10:533.
4. Armas LA, Hollis BW, Heaney RP. Vitamin D2 is much less effective than vitamin D3 in humans. *J Clin Endocrinol Metab* 2004;89:387-91.
5. Bendini A, Cerretani L, Carrasco-Pancorbo A, et al. Phenolic molecules in virgin olive oils: a survey of their sensory properties, health effects, antioxidant activity and analytical methods. An overview of the last decade. *Molecules* 2007;12:1679-719.