

# VITAMIN D GIÚP NGĂN ĐA XƠ CỨNG TẾ BÀO THẦN KINH

Kết luận của nhóm các nhà khoa học tại trường Đại học Oxford (Anh), cho biết việc bổ sung Vitamin D hàng ngày có thể giúp ngăn ngừa căn bệnh "Multiple Sclerosis" (MS), tạm dịch là "bệnh đa xơ cứng tế bào thần kinh".

MS là căn bệnh tác động trực tiếp

Kết luận của nhóm các nhà khoa học tại trường Đại học Oxford (Anh), cho biết việc bổ sung Vitamin D hàng ngày có thể giúp ngăn ngừa căn bệnh "Multiple Sclerosis" (MS), tạm dịch là "bệnh đa xơ cứng tế bào thần kinh".

MS là căn bệnh tác động trực tiếp đến hệ thần kinh trung ương gây ra nhiều triệu chứng như mất trí nhớ, suy nhược, mệt mỏi, yếu cơ hoặc liệt, chóng mặt, nói lắp bắp, gập rứt về thị giác và khó khăn trong đi lại và giữ thăng bằng.

Giáo sư Khoa thần kinh học của Đại học Oxford, ông George Ebers, khẳng định rằng cả gene và môi trường đều liên quan trực tiếp đến nguồn gốc căn bệnh MS.

Nghiên cứu của nhóm giáo sư do ông Ebers đứng đầu cho thấy Vitamin D có thể tác động tới một biến thể gen đặc biệt, được xác định là loại biến thể gen làm tăng gấp 3 lần nguy cơ mắc bệnh MS. Thiếu Vitamin D sẽ làm thay đổi biến thể gen này và vì thế cản trở hoạt động bình thường của hệ thống miễn dịch.

Nhóm nghiên cứu đưa ra kết luận rằng, thiếu Vitamin D trong thời kỳ mang thai và thời thơ ấu của trẻ có thể làm tăng nguy cơ mắc bệnh MS.

Ngoài ra, nghiên cứu cũng cho thấy khả năng dễ bị tổn thương của gen đối với căn bệnh này, mà nguyên nhân chính là do thiếu Vitamin D, có thể di truyền qua nhiều thế hệ. Do vậy, sử dụng 50 microgram Vitamin - tương đương với 10 viên thuốc vitamin hỗn hợp - là một cách rẻ và an toàn để tránh căn bệnh chưa có thuốc chữa này đối với phụ nữ mang thai và trẻ em.

Giáo sư Ebers cho biết, Vitamin D rất rẻ khiến người ta khó có thể tin vào công dụng của nó đối với căn bệnh MS này. Ngoài thức ăn, Vitamin D còn có thể được tạo ra thông qua việc tiếp cận với ánh nắng mặt trời buổi sớm.

Các nghiên cứu đã cho thấy những người sinh vào mùa Thu (tháng 11) ít bị bệnh MS hơn so với những người sinh vào đầu mùa Hè (tháng 5). Điều này chứng tỏ nguyên nhân mắc bệnh là do thiếu ánh nắng mặt trời trong thời kỳ mang thai. Đây cũng chính là nguyên nhân mà tỷ lệ mắc bệnh MS tại vùng Scotland và các vùng phía Bắc nước Anh - nơi ít có ánh nắng - cao hơn các vùng khác tại Anh.

Nhóm các nhà khoa học Đại học Oxford khuyến cáo các bà mẹ nên cung cấp đủ Vitamin D cho cơ thể trong thời kỳ mang thai, đồng thời cung cấp đủ Vitamin D cho trẻ trong thời kỳ thơ ấu sẽ giúp giảm 80% nguy cơ mắc phải căn bệnh chưa có liệu pháp điều trị này./.

