

در این مطالعه، میزان کمبود ویتامین D در میان افراد مسن، به ویژه در زنان، به طور قابل توجهی بالاتر از افراد جوانتر بود. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که کمبود ویتامین D با افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی (CVDs) و اختلالات اسکلتی مرتبط است. همچنین، کمبود ویتامین D با افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن دیگر، از جمله دیابت نوع ۲ و بیماری‌های روانی، مرتبط است. این یافته‌ها اهمیت ویتامین D را در حفظ سلامت افراد مسن برجسته می‌کند. بنابراین، توصیه می‌شود که افراد مسن، به ویژه زنان، به طور منظم ویتامین D مصرف کنند و در صورت لزوم، تحت نظر پزشک، دوز مناسب را دریافت کنند. همچنین، استفاده از مکمل‌های ویتامین D می‌تواند به بهبود وضعیت سلامتی و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن در افراد مسن کمک کند.

1403/01/01 :تاریخ دریافت مقاله | 1403/01/01 :تاریخ پذیرش مقاله

the from results :diseases cardiovascular and deficiency D Vitamin :article English 5799 :نویسنده |
Neyshabur Longitudinal Study on Ageing