

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Shorouq
DATE:	26-December-2015
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	280,000
TITLE :	Vitamin D deficiency causes IBS
PAGE:	Back Page
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Staff Report

نقص فيتامين «د» يسبب متلازمة القولون العصبي

توصلت دراسة بريطانية حديثة إلى أن كثيرين ممن يعانون من متلازمة القولون العصبي لديهم نقص في مستويات فيتامين «د»، تؤثر متلازمة القولون العصبي على ما بين ٩ و٢٣٪ من الناس حول العالم، ولا يزال الغموض يحيط بالظروف التي تتطور فيها هذه المشكلة الصحية على الرغم من ارتباطها بالعوامل الغذائية وزيادة الضغوط العصبية.

أشارت الدراسة التي نشرتها المجلة البريطانية للجهاز الهضمي والتي أشرف عليها البروفيسور برنارد كوروف من جامعة شيفيلد إلى أن ٨٢٪ ممن يعانون من متلازمة القولون العصبي لديهم نقص في مستويات فيتامين «د».

من أهم أعراض متلازمة القولون العصبي مزيج من الإسهال والإمساك والانتفاخ والحاجة الملحة لاستخدام المرحاض، وظهور مخاط أبيض وأصفر في البراز، والإحساس بعدم خروج البراز بشكل كامل.

ربطت أبحاث أخرى بين نقص فيتامين «د» وأمراض مثل التهاب الأمعاء وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والكلى، هذا ويعتزم الباحثون إجراء مزيد من الأبحاث عن دور كميات الفيتامين في تخفيف أعراض المشكلة، مع الإشارة إلى أن أهم مصادر الفيتامين تناول أسماك السردين والسلمون والتونة، والتعرض المباشر للشمس وليس من وراء زجاج.