

В рамках недавней работы учёные провели анализ исследований, связанных с витамином D и болезнями сердца. Результаты были опубликованы в журнале *Nutrients*.

По итогам проведения нового исследования учёные пришли к нескольким выводам. У беременных женщин, которые принимали витамин D, снизился риск развития преэклампсии на 60%, гестационного диабета на 50%, а также преждевременных родов на 40%.

Люди с преддиабетом также могут значительно снизить вероятность развития болезней сердца за счёт приёма витамина D.



Design elements: Getty Images. EatingWell design

Участники, принимающие статины (для снижения уровня холестерина) или сердечно-сосудистые препараты, имели на 13–17% меньше шансов на возникновение серьёзных сердечно-сосудистых событий.

Эта научная работа предоставляет дополнительные доказательства того, что витамин

D важен для профилактики болезней сердца и событий, связанных с ними.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.