

# نتایج پژوهشی داخلی نشان می‌دهد؛ تاثیر ویتامین D در درمان «کم توجهی/ بیش‌فعالی» کودکان



در پژوهشی که توسط محققان کشورمان انجام شده است، نقش ویتامین D در کاهش اختلال روان‌شناختی «کم توجهی/ بیش‌فعالی» در کودکان مورد مطالعه قرار گرفته است.

اختلال کم‌توجهی/ بیش‌فعالی یا ADHD، یکی از رایج‌ترین اختلال‌های روان‌شناسی کودکان در جهان بوده و با علائمی همچون بی‌توجهی، تکانشگری و بیش‌فعالی، اغلب منجر به اختلال در روابط والدین-کودک و افزایش استرس در والدین آنها می‌شود.

علت دقیق این بیماری هنوز روشن نیست. فاکتورهای بیورژنتیکی مثل کمبود و عدم تعادل برخی هورمون‌ها نظیر دوپامین، سروتونین و نورآدرنالین در کنار مواردی چون آسیب‌های مغزی، ژنتیک، فاکتورهای محیطی و کمبود ویتامین‌ها به‌عنوان برخی از دلایل بروز آن شناخته شده‌اند.

«ویتامین D» نقش یک هورمون فعال‌کننده بافت عصبی را دارد و مطالعات نشان می‌دهد کمبود آن در طول دوران رشد مغز، اثرات تخریبی

روی سیستم «دوپامینرژیک» (مربوط به سیستم عصبی که حس رضایت را ایجاد می‌کند) دارد.

همچنین این ویتامین از طریق مکانیسم‌های مختلفی در تکثیر و تمایز سلول‌های مغزی، افزایش ظرفیت آنتی‌اکسیدانی و تنظیم فاکتور رشد مغزی نقش دارد.

اخیرا وجود ارتباط بین استرس و اختلالات تخریب‌کننده نورونی مورد تایید قرار گرفته و مطالعاتی مبتنی بر خاصیت آنتی‌اکسیدانی ویتامین D در محیط کشت و مدل‌های حیوانی انجام شده است.

در همین راستا پژوهشگران دانشگاه «علوم پزشکی اصفهان»، در مطالعه‌ای به بررسی اثر «مکمل‌یاری» ویتامین D بر سطوح آنتی‌اکسیدانی در کودکان مبتلابه اختلال کمبود توجه/بیش‌فعالی پرداخته‌اند.

در این پژوهش ۸۵ نفر از دانش‌آموزان ۶ تا ۱۳ ساله مبتلابه اختلال کم‌توجهی/بیش‌فعالی مراجعه‌کننده به مرکز روان‌پزشکی خورشید وابسته به دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، بر اساس تشخیص پزشک فوق تخصص روان‌پزشکی کودک و نوجوان، وارد مطالعه شده و در ۲ گروه (مداخله و بدون مداخله)، به مدت سه ماه تحت درمان مکمل ویتامین D قرار گرفتند.

در این تحقیق قد و وزن کودکان اندازه‌گیری و ثبت شد. ظرفیت آنتی‌اکسیدانی، مالون دی‌آلدئید (ترکیبی برای اندازه‌گیری استرس در فرد) و آنزیم‌های کاتالاز و گلوتاتیون (نوعی آنتی‌اکسیدان) نیز در دو گروه اندازه‌گیری شد.

نتایج این پژوهش نشان داد که پس از مداخله در گروه دریافت‌کننده ویتامین D در مدت سه ماه، توانایی آنتی‌اکسیدانی افزایش می‌یابد.

این نتایج نشان می‌دهد که با افزایش ظرفیت آنتی‌اکسیدانی در بدن و همچنین کاهش مالون دی‌آلدئید، بدن به‌طور مؤثرتری با استرس مقابله می‌کند. هرچند در این تحقیق تغییر چشمگیری در کاتالاز و گلوتاتیون ایجاد نشده است.

با توجه به بهبود وضعیت آنتی‌اکسیدانی در بدن به دنبال استفاده از مکمل ویتامین D، به نظر می‌رسد مصرف این ویتامین می‌تواند به بهبود اختلالات روان‌شناختی نظیر کم‌توجهی/بیش‌فعالی کمک کند.

گفتنی است نتایج این پژوهش در مجله «دانشگاه علوم پزشکی تهران» و در قالب مقاله‌ای علمی پژوهشی، منتشر شده است.