

作者：高原 来源：新华网 发布时间：2009-3-14 15:48:35

[小字号](#)[中字号](#)[大字号](#)

美研究称：青少年缺乏维生素D易患高血压等疾病

美国研究人员日前报告说，缺乏维生素D对青少年的危害和对成年人一样，都会引发高血压和高血糖等疾病。

本周在美国佛罗里达州举行的美国心脏学会年会上，约翰斯·霍普金斯—布隆伯格公共卫生学院的研究人员报告说，从2001年至2004年，他们对3600名年龄在12至19岁的青少年进行了调查。

结果发现，对缺乏维生素D的青年来说，患高血压和高血糖等疾病的风险是其他人的两倍以上，此外，他们罹患以高血压、高血糖、高胆固醇等为特征的新陈代谢综合征的风险也是其他人的4倍。

报告说，过去的研究显示，缺乏维生素D会增加成年人罹患高血压和高血糖等疾病的风险，但新研究结果表明缺乏维生素D对青少年同样有害。

美国儿科学会最近提高了儿童和青少年每日摄入维生素D的标准，即每日400单位，大致相当于喝4杯牛奶。此外，专家称晒太阳、多吃鱼类等方法也有助补充维生素，如还需要则应该服用维生素补充剂。

[更多阅读](#)

[美联社相关报道（英文）](#)

发E-mail给：



[打印](#) | [评论](#) | [论坛](#) | [博客](#)

读后感言：

发表评论

相关新闻

- JCEM：缺乏维生素D易导致妇女肥胖
- 日本研究发现钙加维生素D能降低患大肠癌风险
- 维生素D受体基因突变与黑色素瘤风险相关
- 研究确认孕妇维生素D状况影响幼儿乳牙健康
- 研究发现维生素D有助抑制乳腺癌
- 芬兰研究表明维生素D可抑制II型糖尿病
- 《营养评论》：充足的维生素D可降低患直肠癌和乳...
- PNAS：人体内破坏维生素D的酶被发现

一周新闻排行

- 中国工程院：浙大论文剽窃事件情况属实
- 马大龙委员：科技奖励重点要回归科研人员
- 朱敏慧：科研时间不足导致创新不足
- 五所知名高校校长受访 谈教育热点话题（摘要）
- 胡伟武代表：科研人员要学会克服“心魔”
- 大学行政化现象严重 邵鸿建议民主遴选校长
- 浙江大学称不再续聘卷入剽窃事件院士
- 《自然》：MIT发明高速充电电池