

Η βιταμίνη D είναι μια βιταμίνη που δημιουργείται στον ανθρώπινο οργανισμό με την επίδραση του ηλιόφωτος. Υπεύθυνη για τη βιοσύνθεση στο δέρμα της βιταμίνης D είναι η υπεριώδης ακτινοβολία Β.

Κατά την έκθεση του δέρματος, τα υπεριώδη φωτόνια Β εισέρχονται στο δέρμα και δρουν στα κερατινοκύτταρα της επιδερμίδας, φωτολύοντας την 7-διυδροχοληστερόλη (παράγωγο της χοληστερόλης) προς προβιταμίνη D₃, η οποία με τη σειρά της, υπό την επίδραση της θερμοκρασίας του σώματος ισομερίζεται προς βιταμίνη D₃.

Ορος βιταμίνη D περιλαμβάνει όλες τις μορφές της βιταμίνης, από τις οποίες σημαντικότερες για τους ανθρώπους είναι η D₂ και D₃. Κλινικής όμως σημασίας είναι η βιταμίνη D₃



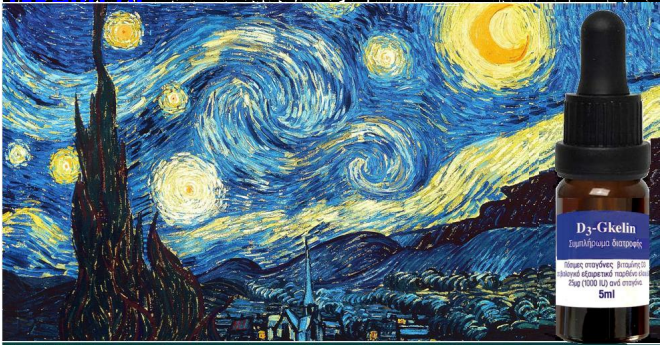


Αικατερίνη Γκέλη
Ιατρός,
Ακτινοδιαγνώστρια
με ιδιαίτερο ενδιαφέρον
στην Ιατρική Διατροφολογία,
Ακτινοδιαγνωστική και
Υπερηχογραφική
Διαγνωστική,
Περιβαλλοντική Ιατρική,
Συμπληρωματική Ιατρική.
Διεύθυνση Ιατρείου:
Παπαληγούρα 16, Άσπας
Κορινθίας, Τηλ. 2741087758,
6944644820 email:
kgkeli@hotmail.com

1. The data was collected from a survey of 1000 people, with a response rate of 75%. The survey was conducted between January 1st and March 31st, 2020. The data was collected from a survey of 1000 people, with a response rate of 75%. The survey was conducted between January 1st and March 31st, 2020.

Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΒΙΤΑΜΙΝΗΣ D ΣΤΗ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ©

Συντάχθηκε απο τον/την Δρ Δημήτριος Ν. Γκέλης, Ιατρός, Οδοντίατρος, Ωτορινολαρυγγολόγος, Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών - Τελευταία Ενημέρωση Παρασκευή, 21 Μάιος 2021 06:47



Το D3 Gkelin drops είναι συμπλήρωμα διατροφής που περιέχει την εξαιρετικά ευαπορρόφητη φυσική και όχι συνθετική βιταμίνη D3, η οποία φέρνει μέσα σε βιολογικό εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο, χωρίς κανένα χημικό συντηρητικό ή έκδοχο. Κάθε σταγόνα του D3 Gkelin περιέχει 1000 IU (Διεθνείς Μονάδες) βιταμίνης D3. Βλέπε: www.pharmagel.gr