

证明：维生素D预防或治疗**75** 健康问题
[VitaminDWiki](#) 2016年12月

 转到 <http://is.gd/proofvitd~V> 可点击详细

健康问题	† 不动产资产信托Pr事件	还原维生素δ 点击详细	RCT =随机对照试验 * =链接到更多的 RCT CT =临床试验
高血压	†	149至142毫米汞柱	RCT * *, 2400 IU。 100000 * IU
心血管袭击后	†	减少32%的死亡	CT 1000 IU
1型糖尿病	P	85%	12000孩子, 2000 IU
2型糖尿病	†	62%	RCT * *, CRP减少, 4000 IU
背疼	†	95%	10000分之5000IU
流感	P	90%	RCT *, 2000 IU
下降	P	50%	RCT 10万IU每月 RCT对车轮2016年膳食
髌部骨折	P	30%	RCT * 800 IU
痘	P	98%	土耳其, 400 IU
雷诺氏综合征	†	40%	RCT, 视觉尺度, 20000 IU魅力
月经痛	P	76%	RCT, 7000 IU平均, PMS减少一半
怀孕的风险	P	50%	RCT, 4000 IU
剖腹产, 无计划	P	50%	RCT, 4000 IU, 研细
低出生体重	P	60%	RCT * 1000 IU D2的
TB	P	60%	RCT, 800 IU
乳腺癌	P	60%	RCT, 1100 IU (2007)
类风湿关节炎疼痛	†	40%	RCT, 500 IU, 加入处方
囊性纤维化	†	75%	RCT, 试点4X少死亡25万IU
慢性肾病	†	90至70的PTH	RCT, 3500 IU,
呼吸道感染	P	63%	RCT, 4000 IU1年第二RCT: 800分之2000IU 第三RCT 20000 IU每周
狼疮	†	零耀斑	然后加载IU 10万每月, RCT太
镰状细胞	†	痛苦少	RCT, 高达10万IU /周
腿溃疡愈合	†	快4倍	RCT, 50,000 IU /周, 小书房
创伤性脑损伤	†	2X	RCT, 20,000 IU /用黄体酮天
帕金森氏病	†	稳定	RCT, 1200 IU /天
多发性硬化症	P	68%	RCT, 7100 IU预防先兆-MS ==> MS
充血性心力衰竭	†	90%	RCT, 1000 IU婴儿 (也: 成人, 而不是RCT)
中耳炎	P	30%	RCT, 1000 IU婴儿
牙龈炎	†	88%	RCT, 2000 IU

肌肉老年人	‡	更多的17%的肌肉	RCT, 4000 IU
抗生素使用时> 70Y	‡	47%	RCT 60000 IU每月
婴儿高	效益	1厘米身高	RCT 50000 IU每周8周
妊娠糖尿病	‡	治疗	RCT, 分2次服用5万IU的
心脏病发作后	‡	+ 6%射血分数	RCT 80万IU一次
前列腺癌	‡	更少+内核	RCT, 4000 IU (2012)
哮喘	‡	减少症状	RCT, 60K IU /月; RCT 50K IU /周 哮喘干预的Meta分析
萧条	‡	减少	RCT, 30 IU注射 RCT帮助百忧解
低维生素D, 而母乳喂养	P	所有婴儿> 20毫克	RCT, 5000 IU
纤维肌痛	‡	减少	RCT, 30-48纳克 RCT 50K IU /周
荨麻疹, 慢性	‡	减少40%	RCT, 4000 IU加入
胆固醇	‡	减少4毫克	RCT, 400 IU +钙
减肥	‡	瘦了5磅多	RCT, 2000 IU +饮食+运动
多发性硬化症	‡	95%治愈	20000至14万IU /天
妊娠糖尿病	P	40%	RCT * 5000 IU
慢性阻塞性肺疾病	‡	17X改善	CT 50000 IU每周 RCT 10万IU每月
哮喘	‡	1/2哮喘发作	RCT > 42毫克的维生素D
生活质量 (QOL)	‡	护理之家的生活质量	CT, 4000 IU在每天的面包
危重病人死亡	‡	增加20%的生存能力	RCT 540 IUç比装载每月90K
不宁腿综合征	‡	得分26 ==> 10	CT, 维生素D剂量的大小而不是抽象的陈述
丙型肝炎	‡	增强常规药物	RCT 2.000 IU
代下病	‡	改进当> 30纳克	RCT 2000 IU
预足月产	P	2.5X下降, 也: 减少剖腹产和更好的阿普加	RCT 2000 IU印度
狼疮	‡	减少疼痛	RCT 4000 IU
丛集性头痛	‡	CH淘汰60%	万IU, 镁, Omega-3的等
自闭症	‡	80%提高	CT 300国际单位/ kg /天3个月
糖尿病前期	‡	~20%降低	RCT 60000 IU /月
减肥: 超重和肥胖	‡	12磅6个月	RCT 10万IU /月
少肌症=肌肉损失	‡	增加27%	RCT 1000 IU
成长的烦恼	‡	减少60%	~10万IU /月- 不RCT, 给所有 第二个研究中, 类似的结果
骨关节炎疼痛	‡	减少60%	50000 IU /周- 不RCT, 给所有
肌萎缩性脊髓侧索硬化症	‡	帮助	2000 IU - 不RCT, 给所有

眩晕	‡	<u>3X减少</u> ，如果募集>为10ng	600000 IU负载，则MAINT。 不RCT，给所有
疣	‡	<u>80%的淘汰</u> 注入	不RCT，给所有
<u>代谢综合征</u>	P	<u>减少44%</u> 时的VitD增加了30纳克	不RCT，给所有
花粉过敏	P	<u>1000 IU为30天</u>	RCT
先兆子痫	P	<u>50000 IU每2周</u>	RCT
血细胞癌	‡	<u>多发性骨髓瘤</u>	不RCT，给所有
<u>过敏性肠综合征</u>	‡	<u>3000 IU喷雾</u>	RCT
尿路感染	P	减少50%的	RCT 20000 IU每周
螨过敏	P	<u>5X减少</u>	RCT 2000 IU预浸料，800 IU的孩子
围产期抑郁症 (临近分娩抑郁症)	‡	<u>减少50%的</u>	RCT 2000国际单位就在几个星期
<u>性阴道病</u>	‡	降低10倍	RCT 2000 IU
<u>湿疹</u>	‡	减少	2 RCT 1600 IU
<u>非酒精性脂肪性肝病</u>	‡	减少	RCT 20000 IU每周
<u>Preclampsia</u>	‡	减少	RCT 4400 IU

注：最近很多证据并不RCT（其中一半的人得不到/小维生素D）
也许研究人员认为这是不道德的行为没有给维生素D的所有参与者。
也许研究人员无法找到足够的人不想让零或很少维生素D的50%的变化谁

-  [下载47 PDF证明从2014年6月 - 法律英语大小](#)

大多数样张均为**RCT**（随机对照试验），其中甚至没有医生知道谁得到额外的维生素D

- 2多个随机对照试验的荟萃分析
- 不是RCT - 考虑到整个国家所有婴儿（佝偻病）维生素D
- 在一些研究中研究人员认为，这是不道德不给维生素D对大家（例如#43）
- 在一些研究中，剂量的大小与人的需要而变化（超重等）
- 在一些研究中的辅因子被与病人的需要调整
- 顺便说一句-这是由维生素D治愈的健康问题还没有RCT，我们期待也绝不会通过随机对照试验证实。
固化需要的剂量的大小和辅因子进行调整，以每个患者的需要。

许多临床试验还没有发现，因为一个或多个以下的故障的一个好处：

1. 无法使用 维生素D足够大的剂量（通常<1100 IU）
甚至更大剂量的需要，如果：1）肥胖，2）差肠，3）患病（许多疾病消耗大量的维生素D）
2. 失败已经给维生素D为一个足够长的时间（几RCT持续不到5周）
3. 失败已经给维生素D足够频繁。至少每2个月为D3）-并至少每周D2
注：不经常服药也导致失去平衡身体的化学
4. 失败，以提供一个负荷剂量，或具有太短的持续时间，以恢复所述的维生素D水平
5. 无法使用D3的形式，而是使用效果较差D2形式

6. 失败有一个健康的范围**钙**或其他重要**辅助因子**（特别是**骨相关试验**）
此外，在镁的差异可能会导致响应维生素D的30%的变化
镁是依赖于水，食品，补品
7. 未能注意到预先存在的维生素D水平-只有那些谁是低可能会显示出效益
8. 失败，以通知如何/当维生素D溶解（可改变由多达2X响应）
9. 未能在合规报告（在一个案件的参与者40%没有采取一贯的补充）

许多荟萃分析也没有发现，因为一个或多个上述失败的好处

此外，许多**荟萃分析**平均了所有的试验

想象一个故事，关于阿司匹林的荟萃分析（这从来没有做过）

将有被阿司匹林RCT的分数不能与3毫克剂量的工作

会有阿司匹林许多RCT与30毫克剂量的工作

会有阿司匹林与300+毫克剂量的A工作的研究很少

会有少量的杨柳许多研究树皮（维生素D2，而不是维生素D3），

那么就不会有阿司匹林和柳树皮的荟萃分析

- 那荟萃分析可以得出结论，阿司匹林和柳树皮中不起作用。

尽管约200个随机对照试验将2014年出版，我预计只增加50到证据表由于上述原因，

此外，一些试验将不上手，由于缺人愿意去多年的D <500 IU的维生素

又见VitaminDWiki：维生素D的随机对照试验的干预

- [干预-维生素D 330 的干预](#)
注：排序由健康问题的干预措施以及按日期
- [维生素D干预试验-一个长长的清单- 2014年5月](#) 1204试验
更新：1568维生素D干预试验在7月2016
- [系统评价或维生素D Meta分析 272 项](#)
- [多种健康问题与低维生素D相关 - 荟萃荟萃分析2014年4月](#)

更多干预试验的维生素D比维生素A + C + E + K组合的总

[维生素D = 1639](#)，其他= 1603 [[维生素A461](#) + [维生素C508](#) + [维生素E404](#) + [维生素K230](#)]如2016年12月的

又见VitaminDWiki

- [概述：维生素D也TREATS](#)
- [是道德的不给维生素D在trials-新英格兰医学杂志2010年9月骨质疏松症](#)
的一些维生素D RCT没有被创建，因为研究人员不想剥夺到一半的患者带来的好处，因为太多的考生一些维生素D RCT不能启动已经在服用维生素D
- [原因维生素D缺乏症](#)
- [维生素D资料的所有类别清单](#)和数量的每个项目
- [维生素D的所有概述清单 67 项](#)连同相关搜索

Less sun => Less Vitamin D => Less Health

Less Sun

Less time outdoors

- Air Conditioning
- TV & internet & video games
- Live in smoggy cities
or in suburbs with little walking
- Less work outdoors
- Fear skin cancer and wrinkles

Less sun when outdoors

- Sunscreen
- Protective clothing

Additional reasons at:
is.gd/lowvitamind

Henry Lahore 10/2015 VitaminDWiki
details at is.gd/sundisease

Less Health

ALS, Asthma, Autism, Breast Cancer, Cognitive Decline, Congestive Heart Failure, Cystic Fibrosis, Dental, Depression, Diabetes, Falls/fractures, Fibromyalgia, Kidney, Headache, Hypertension, Infection (antibiotics), Influenza, Lupus, MS, Osteoarthritis, Osteopenia, Osteoporosis, RA, Rickets, Pain-Back, Parkinson's, Psoriasis, Prostate Cancer, Pregnancy problems, Raynaud's, Tuberculosis, Ulcer -leg, Weight gain

Strong Proof
that increase in Vit D
decreases incidence
and/or treats

Allergy, Alzheimer's, Anemia, Bone, Cancers, Celiac, Chronic Fatigue, Chronic Pain, COPD, Fertility, Heart Disease, HIV, IBD, Metabolic Syndrome, MRSA, Myopathy, Sepsis, Thyroid

Associated
with low Vit D for most
people with the disease

Acne, Ebola, Hearing, Liver, Rosecea, SAD, Shingles, Shin Splints, Suicide, Vision

Suspected
relationship with
low Vitamin D

点击在图表上的更多信息和翻译

在怀孕期间特别需要的维生素D

维生素D很多改善孕妇和儿童健康的**15岁以上**的方式

1.减少 流产	2.5倍	
2.降低 先兆子痫	3.6倍	RCT *
3.减少 妊娠糖尿病	3次	RCT *
4.减少 抑郁怀孕后	1.4倍	RCT *
5.减少 性阴道病	10倍	RCT*
6.减少 早产	2次	RCT *
7.减少 剖腹产-无计划	1.6倍	
8.减少 小于胎龄	3次	
9. 婴儿身高, 体重, 头围 在正常范围内		RCT *
10.降低儿童 喘鸣	1.3倍	RCT *
11.降低儿童 孤独症	4次	
12.减少年轻的成年 多发性硬化症	1.9倍	
13.降低 先兆子痫 青壮年	2次	
14.降低儿童 螨过敏	5次	RCT *

15.降低儿童呼吸道访问

2.5倍 RCT *

在这个页面的顶部表中的健康问题清单

高血压，心血管，背部疼痛，糖尿病，流感，瀑布，髌部骨折，乳腺癌，多发性硬化症，雷诺氏疼痛，月经痛，剖腹产和怀孕的风险，低出生体重，慢性肾脏病，囊性纤维化，类风湿关节炎，结核，佝偻病，呼吸道感染，狼疮，镰状细胞，下肢溃疡，创伤性脑损伤。帕金森氏病，多发性硬化，充血性心力衰竭（婴儿），中耳感染（婴儿），牙龈炎，更强资深的肌肉，在老年人使用抗生素，短婴幼儿，妊娠糖尿病，心脏发作，前列腺癌，哮喘，抑郁症后泵更好，维生素D在母乳，纤维肌痛，慢性荨麻疹，胆固醇，减肥，慢性阻塞性肺病，哮喘，生活质量，生存ICU，不宁腿综合征，丙型肝炎，代上病，早产出生，狼疮，丛集性头痛，自闭症。糖尿病前期，减肥;少肌症=肌肉损失;成长的烦恼，骨关节炎，ALS，眩晕，疣，代谢综合征，花粉症，先兆子痫，血细胞癌，肠易激综合征，泌尿系感染，螨过敏，围产期忧郁症，性阴道病。湿疹，NAFLD，先兆子痫