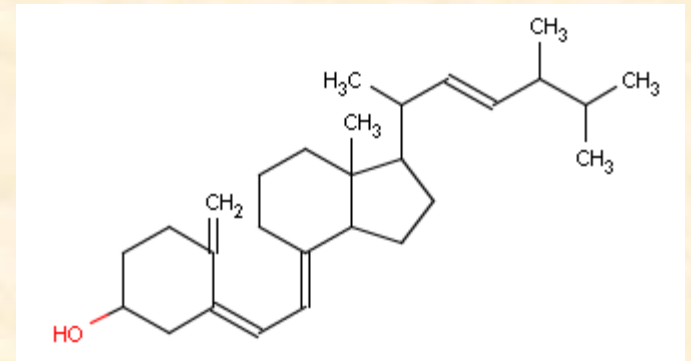
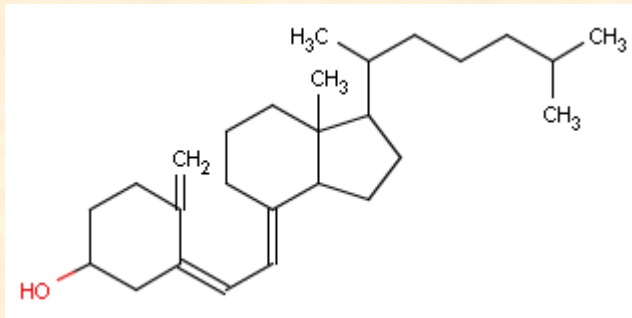


Quoi de Neuf en Médecine Générale

2005....19 avril 2012 : 7^e édition

Pour qui et pourquoi prescrire de la vitamine D ?

François De Golmard



Vitamine D : la norme

Pourquoi une norme de 30 ng/ml de vitamine D ?

Objectif thérapeutique : bloquer la résorption osseuse en bloquant la sécrétion de parathormone.

N'arrivent pas à cet objectif thérapeutique !

- 17 à 28% des enfants de 18 mois à 6 ans
- 24 % des adolescents
- 82,5 % des femmes voilées
- 100 % des personnes âgées en institution
- 78% des 35 - 60 ans en bonne santé

Bénéfices prouvés de la Vitamine D

☐ Femmes > 70 ans

☐+ Institution

☐+ Vitamine D (400 UI) + Ca (1000 à 1200 mg)

= ↘ 1/4 fractures hanches et vertèbres.

= ↘ 1 fracture / 111 patientes traitées 3 ans

Bénéfices prouvés de la Vitamine D

- ❑ Femmes de 70 à 90 ans
 - ❑+ Chute
 - ❑+ Faiblesse musculaire
 - ❑+ ↘ mobilité (time up and go test)
 - ❑+ Vitamine D < 24 ng/ml
 - ❑+ 1000 UI vitamine D + 1000 mg de Ca
- = ↘ risque de chute

Bénéfice prouvé du calcium

- ☐ Femmes > 50 ans ménopausées
- ☐ + 200mg de calcium
- ☐ = ↘ risque fracture ostéoporotique

Pas de preuve intérêt ajout de
vitamine D

Vitamine D: où la trouver ?

- 1^{ère} source : Le soleil ++++
- 10 à 15 mn entre 11h et 14 h
- Latitude de Toronto - Nice
- Face + bras + cou = 1000UI/j
- Apports alimentaires faibles



Qui supplémenter en vitamine D ?

- < 18 mois :
 - Lait enrichi Vit D 600 à 800 UI/j
 - Allaitement maternel ou peau noire 1000 à 1200 UI/j
- 18 mois – 5 ans : 80 à 100 000 UI (2 fois l'hiver)
- 10 – 18 ans : 80 à 100 000 UI (2 fois l'hiver)

Qui supplémenter en vitamine D ?

- Femmes enceintes : 80 à 100 000 UI au 7^e mois
- Femmes > 70 ans
- Autres séniors :

dosage initial dans situations à risque carenciel

Situations à risque carentiel

- ❑ Personnes âgées en situation identique à celle d'une institution
- ❑ Port de vêtements très couvrants
- ❑ Obésité
- ❑ Régimes restrictifs : végétalisme

Vitamine D

- Risque de calculs rénaux (Ca)
- Aggrave toxicité de la Digoxine[®]

Bibliographie



□ Revue Prescrire

□ Minerva EBM revue

