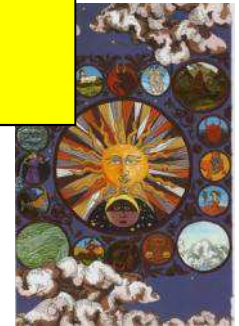
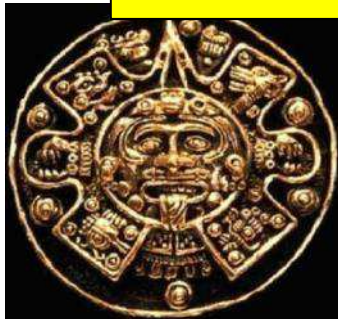




# Vitamine D ...Système D ?



# La vitamine D

C'est quoi le problème ?

- Sujet à la mode de plus en plus de publication  
Sur Pubmed: 2844 en 2000-2001 => 4783 en 2009-2010
- Concerne toutes les populations du globe quelque soit l'âge et le sexe

(Holick MF. Vitamin D deficiency: a worldwide problem with health consequences Am J Clin Nutr 2008;87:1085-1086)

- En France

SU.VI.MAX (Inserm 1998) Insuffisance en vitamine D chez 78% des patientes âgées de 60 à 75 ans et chez 70 à 90 % des ostéoporotiques

PNNS 2: objectif de réduire de 25% les déficits en vitamine D.

(<http://www.sante-sports.gouv.fr/nutrition-programme-national-nutrition-sante-pnns,6198.html>  
consulté le 14 novembre 2010)



# La vitamine D

C'est quoi le problème ?

- Discours ambivalent sur la santé  
(Vit D vs Mélanome)

(Holick MF. Vitamine D deficiency. N Engl J Med 2007;357:266-81)

- Au laboratoire

Valeurs seuils/ Variations saisonnières / Kits (D2 ou D3 ou D2-D3)

- « Faible » niveau de preuve des études:

Observationnelles

Epidémiologiques

Meta-analyses

→ Rares études interventionnelles

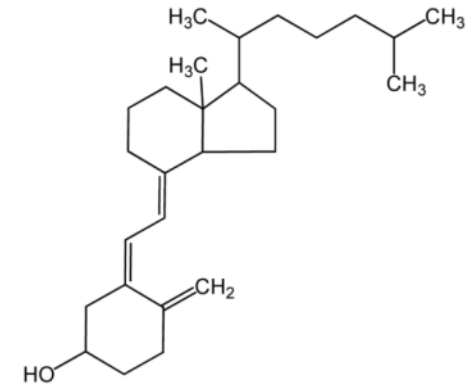


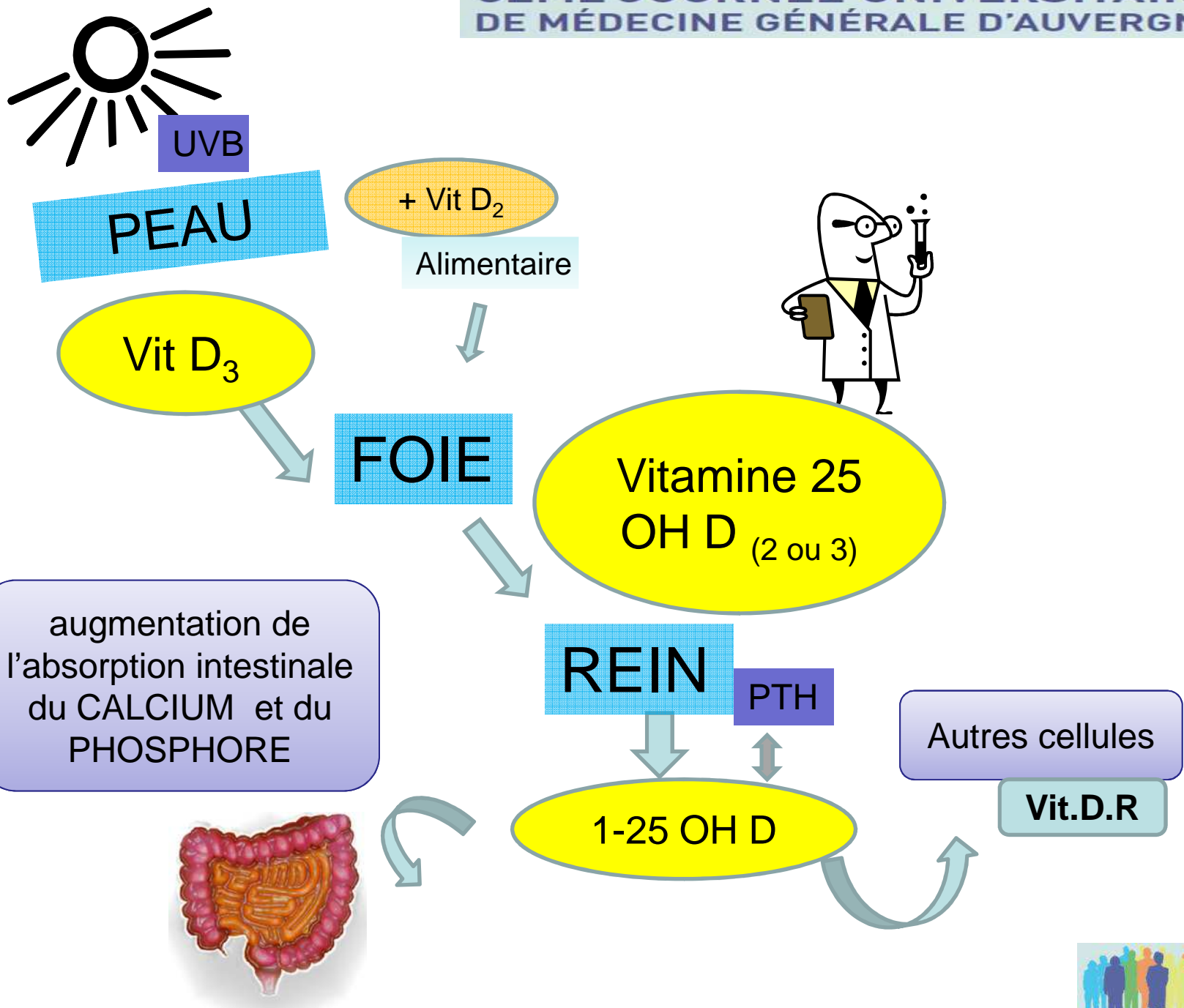
## Vitamine D

Pro-hormone plus que vitamine !

Dépister chez quels patients ?

Comment prescrire ?

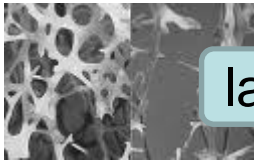






Effet « classique »  
Sur le muscle et l'os

Que sait on vraiment ?\*



la D.M.O

La supplémentation en calcium et **vit D** augmente la densité osseuse des femmes ménopausées et des hommes de plus de 50 ans (grade A)



les fractures

**La vit D3 (800 UI/jour) + Calcium (1000 mg)** réduisent le risque de fracture non-vertébrale (hanche et autres) chez les sujets âgés vivant en institution (grade A) et chez les patients confinés à domicile (grade B)



les chutes

La supplémentation avec **800 UI /j de vit D** réduit le risque de chutes chez les femmes âgées vivant en institution ou confinées à domicile ( calcium ? hommes ?)

HAS 2006

Contrôle des apports calciques  
et vitaminique D préalable  
à tout ttt anti-ostéoporotique

•Hanley DA. **Vitamin D in adult health and disease: a review and guideline statement from Osteoporosis Canada.** CMAJ 2010;182:610-618)



Effets non classiques

Sur le système cardiovasculaire

Baisse de la tension / baisse RCV

Sur le système immunitaire

Déficiences en vit D et SEP/ Diabète de type 1

Sur les cellules cancéreuses

Taux suffisant de vit D et faible risque  
colon , prostate , sein

AHRQ  
(USA)  
2009

Il faut plus  
de  
recherche  
++

Chung.M and all. **Vitamin D and calcium: a systematic review of health outcomes**

Evid Rep Technol Assess (Full Rep). 2009 Aug;(183):1-420

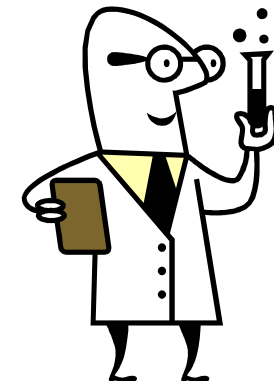


## Vitamine D

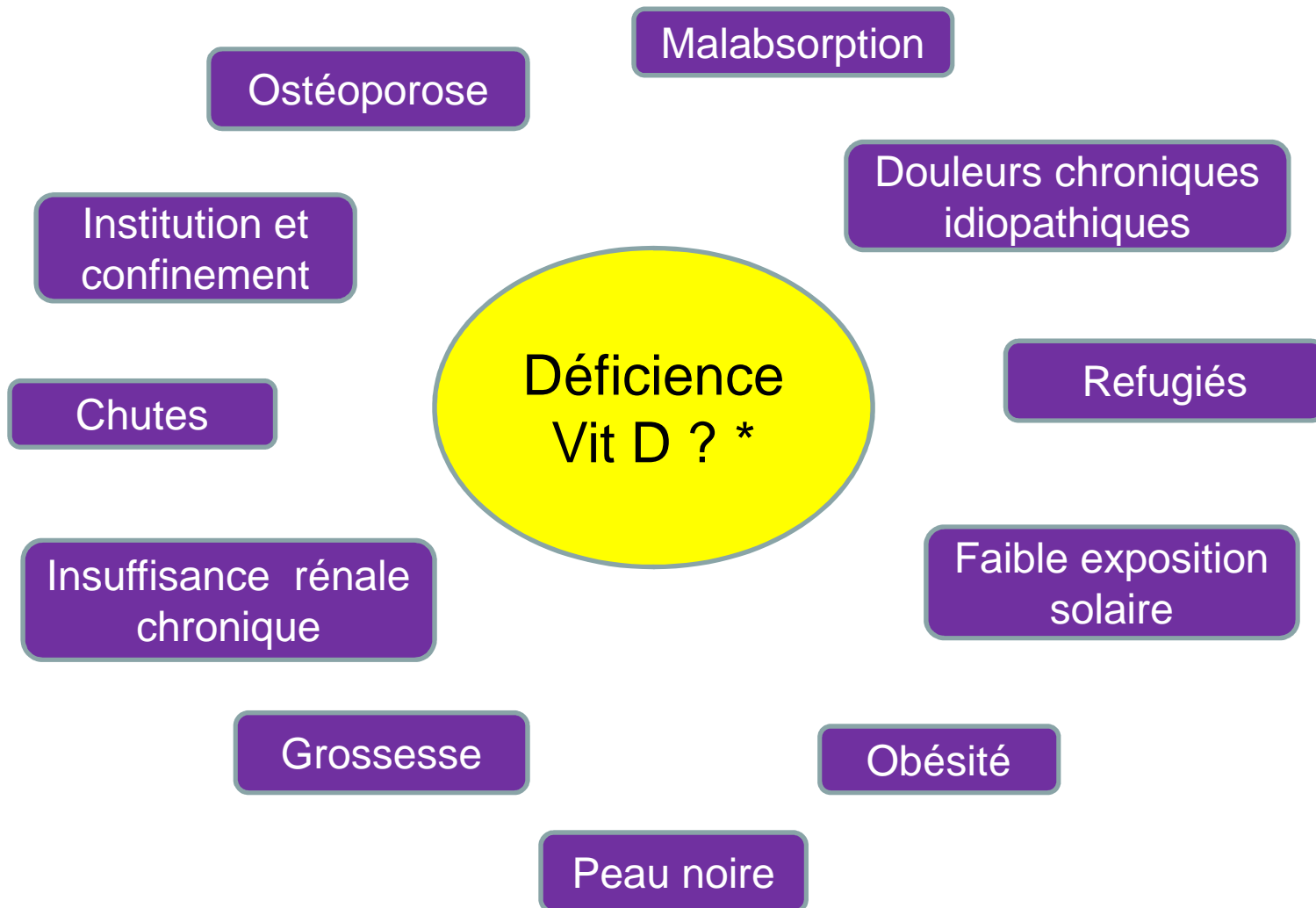
Pro-hormone plus que vitamine !

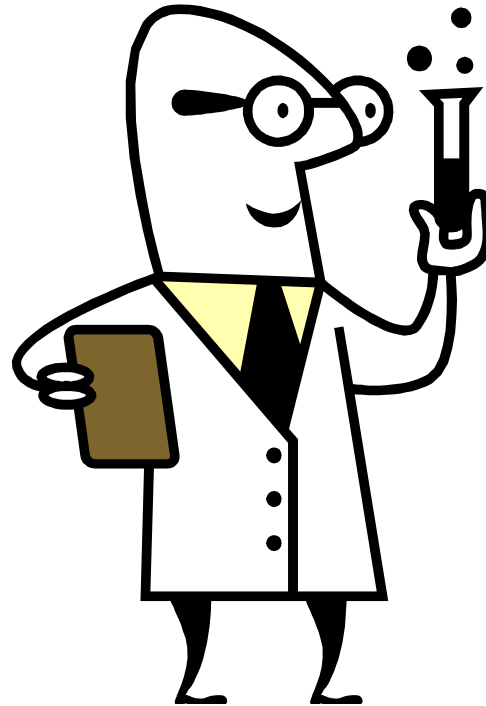
Dépister chez quels patients ?

Quelle ordonnance ?









Après 70 ans

**Schwalfenberg G.** Not enough vitamin D: Health consequences for Canadians  
Can Fam Physician 2007;53:841-854



## Vitamine D

Pro-hormone plus que vitamine !

Dépister chez quels patients ?

Quelle ordonnance ?



LES MEDICAMENTS

D2 (ergocalciférol)

Stérogyl® 15 A ou 15 H (1 ampoule = 600 000 UI)

Stérogyl® gouttes (1 goutte = 400 UI)

Uvesterol® gouttes (1500 UI /ml)

D3 (cholécalfiérol)

Zyma D® ampoules buvables (80 000 ou 200 000 UI)

Zyma D® gouttes (1 goutte = 300 UI)

Uvedose® ampoules buvables (100 000 UI)

Vitamine D3 BON® voie IM (200 000 UI)

Combinaisons D3

Calcium-vitamine D3®

Alendronate-vitamine D3® (doses hebdomadaires  
5600 ou 2800 UI)

Des capsules d'huile de foie de morue sont disponibles sans ordonnance



**Correction** d'une insuffisance en vit D (25OHD)\*

Une ampoule de 100 000 UI de D3 (UVEDOSE®)  
Toutes les 2 semaines

Si < 10 ng/ml

pendant 2 mois  
( 4 ampoules)

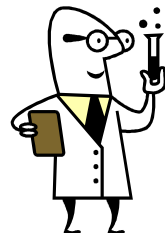
entre 10 et 20 ng/ml

pendant 1,5 mois  
( 3 ampoules)

> 20 et < 30 ng /ml

pendant 1 mois  
( 2 ampoules)

> 30 ng /ml



Contrôle sanguin  
une semaine  
après la dernière ampoule

\***Souberbielle JC et al.** Actualité sur les effets de la vitamine D et l'évaluation du statut vitaminique D Annales d'Endocrino (2008)





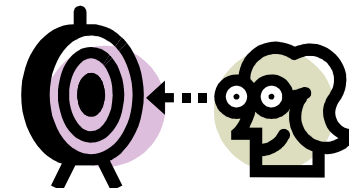
**Maintien** d'une concentration sérique de 25OHD > 30 ng /ml

Soit des doses « espacées »  
de vit D3 (100 000 UI)  
tous les 2 à 3 mois

=> Dosage de contrôle justes avant dose  
suivante  
pour décider quel « espacement »

Soit doses journalières  
de vit D3 ou D2  
(800 à 1200 UI)

=> Dosage de contrôle 3-4 mois après  
début du traitement



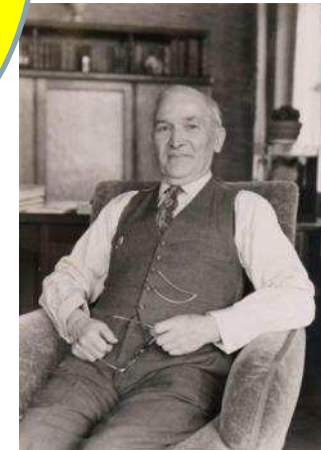
**OBSERVANCE**



VITAMINE D



VITAMINE  
du médecin  
de famille





# Vitamin D

Des questions ? : [www.jumga.fr](http://www.jumga.fr)

