

# Vitamine D: hype of 'high potential'?



ELSKE BROUWER-BROLSMA, ONDERZOEKER (POSTDOC),  
HUMANE VOEDING, WAGENINGEN UNIVERSITEIT, LID NAV

Vitamine D, ons levenselixer. Althans, die indruk kun je krijgen als je je gaat verdiepen in alle wetenschappelijke onderzoeken naar dit nutriënt. Ook in de

volksmond wordt vitamine D regelmatig geopperd als de oplossing voor een verscheidenheid aan gezondheidsklachten. De afgelopen jaren heb ik in het kader van mijn proefschrift zelf ook een aantal onderzoeken naar de mogelijke effecten van vitamine D uitgevoerd. Mijn focus lag op de invloed van een vitamine D-tekort op het cognitief functioneren, depressieve klachten en de ontwikkeling van type 2 diabetes bij 65-plussers. De resultaten van deze onderzoeken, evenals andere gepubliceerde studies in dit veld, hebben mij tot op heden nog niet kunnen overtuigen. Desalniettemin blijft vitamine D, en haar vele potentiële effecten, mij intrigeren. Mechanistisch onderzoek en dier-experimentele studies lijken veelbelovend en vitamine D-receptoren lijken zich bijna wel op ieder orgaan te bevinden. Veel geopperde zwakke punten van de tot nu toe gepubliceerde studies zijn dat ze in een relatief

kleine studiepopulatie zijn uitgevoerd en/of dat de vitamine D-status van de deelnemers waarschijnlijk "te goed" was om eventuele associaties/effecten op te kunnen pikken. Vol verwachting kijk ik dan ook uit naar de resultaten van een aantal vitamine D-megatrials die op dit moment wereldwijd uitgevoerd worden, zoals de Australische D-Health Trial met circa 25.000 deelnemers.

Daarnaast hebben we tot nu toe voornamelijk gekeken naar potentiële verbanden in specifieke fases van het leven, hetgeen uitgebreid besproken is tijdens het *'Vitamin D and human health: from the gamete to the grave'*-congres in Londen (2014). Het vroege leven hebben wij, en vele anderen, niet mee kunnen nemen in de tot nu toe uitgevoerde onderzoeken. Simpelweg omdat we veelal niet over dergelijke gegevens beschikken. Wat mij betreft stof voor de komende jaren. Op naar een *life course approach!*