



Broj: 05.1.21-1817-1/21
Sarajevo, 23.03.2021.

Bosna i Hercegovina
Federacija Bosne i Hercegovine
KANTON SARAJEVO

PRILOG BROJ: 31-03-2021			
Broj inicijative	Klasifikaciona oznaka	Redni broj	Broj priloga
01	04	6550-70-183	

KANTON SARAJEVO
SKUPŠTINA KANTONA SARAJEVO
N/R PREDSEDavajući Elvedin Okerić

Predmet: Zastupnička inicijativa (Veza Vaš br. 01-04-6550-70/21 od 15.03.2021.g.),
Obavještenje, dostavlja se -

Poštovani,

Zastupnica Vildana Bešlija na 33. Radnoj sjednici Skupštine Kantona Sarajevo, održanoj dana 03.03.2021. godine, uputila je zastupničku inicijativu, u kojoj, između ostalog, stoji da Zavod za javno zdravstvo izda „zvaničnu preporuku za suplementaciju vitaminom D naročito u zimskom periodu“.

JU Zavod za javno zdravstvo Kantona Sarajevo nije institucija koja može samostalno da izdaje preporuke za bilo koju supstancu koja se koristi u prevenciji i/ili liječenju bolesti. JU Zavod za javno zdravstvo Kantona Sarajevo podržava svaku inicijativu koja ima za cilj prevenciju oboljenjâ i zaštitu zdravlja, ali za predmetnu inicijativu neophodan je multidisciplinarni tim stručnjaka (po ugledu na primjer iz Hrvatske) i ukoliko Ministarstvo zdravstva Kantona Sarajevo ili Federacije BiH, oformi radnu grupu, sa zadovoljstvom ćemo biti sudionici iste.

Materijal koji ste u inicijativi naveli kao primjer, a koji je objavljen na internet stranici HZJZ, pripremljen je na osnovu „Smjernica za prevenciju, prepoznavanje i liječenje nedostatka vitamina D u odraslih“ u Republici Hrvatskoj, kao zvaničnog dokumenta izrađenog od strane multidisciplinarnog tima stručnjaka iz nekoliko oblasti medicinskih nauka (opšta interna medicina, endokrinologija, gastroenterologija, klinička imunologija, neurologija, neuroimunologija, reumatologija, fizijatrija i rehabilitacija, onkologija i radioterapija, higijena ishrane i dijetetika...), dodatno uz podršku stručnjaka iz društava za kliničku ishranu, reumatološkog društva, društva za aterosklozu, laboratorijsku medicinu, osteoporozu, onkološkog društva... U Bosni i Hercegovini ne postoje jedinstvene smjernice za liječenje i prevenciju nedostatka vitamina D. Jediní srodan dokument su „Smjernice za zdravu ishranu djece uzrasta do tri godine“ koje je izdalo Ministarstvo zdravstva Federacije BiH i u kojima se za vitamin D tačno navodi preporučeni dnevni unos za navedeni uzrast. Taj unos korelira sa službenim preporukama za za sve populacione grupe od strane EFSA (Evropske Agencije za sigurnost hrane) i iznosi tek 200 IJ (5µg) dnevno.



Adresa: dr. Mustafe Pintola br.1, 71210 Ilidža
Tel: 627-889; Fax: 622-227
web: <http://www.zzjzks.ba>
e-mail: gzavod@bih.net.ba



Recentne svjetske studije pokazale su da je potreban dnevni unos većih doza vitamina D od navedenih, posebno u periodu kasne jeseni, zime i ranog proljeća kod stanovnika na geografskom području iznad 40. paralele sjeverne hemisfere, a u koje spada i naše podneblje. Za razliku od većine drugih amina neophodnih za život ljudi, a koji se u organizam nose ishranom, vitamin D se može sintetizirati u koži, iz endogenog holesterola (dalje se u jetri a potom u bubrezima pretvara u aktivnu formu), a pod uticajem UVB zračenja, koje je, u navedenom periodu, nedostavno za njegovu sintezu na taj način.

Posebne populacione grupe koje su u riziku od nedostatka vitamina D su: starija populacija, osobe koje se rijetko izlažu suncu, osobe tamnije puti, pretile osobe, trudnice...

Veliki broj studija rađenih u svijetu potvrdio je učinkovitost u prevenciji, ali i liječenju raznih oboljenja i stanja, a prvenstveno osteoporoze, diabetesa, hipertenzije, gastrointestinalnih bolesti, malignih oboljenja, autoimunih bolesti, multiple skleroze, a u posljednje vrijeme sve više se govori da unos visokih koncentracija vitamina D pomaže kod virusnih infekcija rsepiratornog sistema i gastrointestinalnog sistema trakta.

Iako umjereno povećan unos vitamina D ne izaziva zdravstvene poremećaje, nesavjesno i nesvjesno korištenje velikih doza (>50.000 IJ dnevno) kroz mjesec dana može dovesti do posljedica po zdravlje i akutne intoksikacije vitaminom D koja se manifestuje kliničkom slikom hiperkalcijemije sa simptomima konfuzije, povećanog lučenja mokraće, povećanog unosa vode i tečnosti, mučnine, povraćanja, poremećaja u srčanom ritmu... a hronično može dovesto do stvaranja kalcifikata u mekom tkivu, krvnim žilama i bubrežnim kanalima, kao i do demineralizacije kostiju.

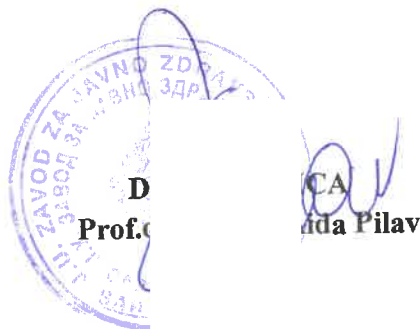
Prevenstveno se preporučuje u ishranu uvrstiti namirnice bogate vitaminom D (morske ribe i ostali plodovi mora, te goveđa jetra, žumanjak jaja...), s obzirom na to da je zbog prehrambenih navika u našoj populaciji pretpostavka da je ukupan unos vitamina D ishranom prosječno nizak i da iznosi manje od 20% dnevnih potreba.

Na osnovu navedenog, **prije samovoljnog uzimanja bilo kojeg preparata preporučujemo građanima da se konsultuju sa izabranim doktorom porodične medicine**, te da se na osnovu objektivnih potreba utvrđenih pregledom i laboratorijskim pretragama odrede individualne dnevne doze potrebnih suplemenata i da građani samoinicijativno ne uzimaju preparate vitamina D.

Dokument izradio:

Hamza di

S poštovanjem,



Prof. **ida Pilav**

Dostaviti:

- Naslovu;
- Arhiva RJ03/01