

## **Η λήψη βιταμίνης C και συμπληρωμάτων ψευδαργύρου δεν μειώνει τη σοβαρότητα και τη διάρκεια των συμπτωμάτων της νόσου COVID-19**

Η λήψη βιταμίνης C και συμπληρωμάτων ψευδαργύρου δεν μειώνει ούτε τη σοβαρότητα ούτε τη διάρκεια των συμπτωμάτων της νόσου COVID-19, σύμφωνα με μελέτη που δημοσιεύθηκε στο έγκριτο επιστημονικό περιοδικό *JAMA Network Open*. Οι Ιατροί της Θεραπευτικής Κλινικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, **Θεοδώρα Ψαλτοπούλου**, **Ελένη Κορομπόκη**, **Μαρία Γαβριατοπούλου** και **Θάνος Δημόπουλος** (Πρύτανης ΕΚΠΑ) (<https://mdimop.gr/covid19/>) συνοψίζουν τα δεδομένα αυτής της μελέτης.

Στην πολυκεντρική τυχαιοποιημένη, ανοικτής επισήμανσης μελέτη “COVID A to Z” συμπεριελήφθησαν 214 ασθενείς διαγνωσμένοι με θετική μοριακή μέθοδο ανάλυσης (PCR) για νόσο COVID-19 οι οποίοι έλαβαν εξωνοσοκομειακή θεραπεία σε κέντρα στο Οχάιο και τη Φλόριντα κατά το διάστημα 27 Απριλίου 2020- 14 Οκτωβρίου 2020. Οι ασθενείς τυχαιοποιήθηκαν σε αναλογία 1:1:1:1 και έλαβαν για διάστημα 10 ημερών είτε 50mg γλυκονικού ψευδαργύρου, είτε 8000mg βιταμίνης C είτε και τα δύο σκευάσματα ή κανένα. Το πρωτεύον καταληκτικό σημείο της μελέτης ήταν ο απαιτούμενος αριθμός ημερών μέχρι τη μείωση του 50% των συμπτωμάτων, συμπεριλαμβανομένων της σοβαρότητας του πυρετού, του βήχα, της δύσπνοιας και του αισθήματος κόπωσης. Τα δευτερεύοντα καταληκτικά σημεία περιελάμβαναν τις ημέρες που απαιτούνταν για την επίτευξη συνολικής βαθμολογίας της σοβαρότητας συμπτωμάτων ίσης με μηδέν, το αθροιστικό σκορ σοβαρότητας συμπτωμάτων την 5<sup>η</sup> ημέρα, τις νοσηλείες, τους θανάτους, τα συμπληρωματικά συνταγογραφούμενα φάρμακα και τις ανεπιθύμητες ενέργειες των χορηγούμενων συμπληρωμάτων της μελέτης.

Συνολικά τυχαιοποιήθηκαν 214 ασθενείς, με μέσο όρο ηλικίας τα 45.2 χρόνια, ενώ το 61.7% αυτών ήταν γυναίκες. Τουλάχιστον το ένα τέταρτο των ασθενών ανέφερε προηγούμενη λήψη βιταμίνης C ή άλλων συμπληρωμάτων διατροφής. Η μελέτη τερματίστηκε πρόωρα λόγω των δεδομένων της ενδιάμεσης ανάλυσης που ανέδειξαν χαμηλή ισχύ για όφελος από τη χορήγηση των συμπληρωμάτων διατροφής. Οι ασθενείς που έλαβαν τη συνήθη φροντίδα χωρίς επιπλέον συμπληρώματα πέτυχαν 50% μείωση των συμπτωμάτων σε 6.7 ημέρες κατά μέσο όρο σε σύγκριση με 5.5 ημέρες για την ομάδα ασθενών που έλαβε βιταμίνη C, 5.9 ημέρες για την ομάδα γλυκονικού ψευδαργύρου, και 5.5 ημέρες για την ομάδα που έλαβε και τα δύο. Δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των 4 ομάδων θεραπείας ούτε για το πρωτεύον ούτε για τα δευτερεύοντα καταληκτικά σημεία.

Συνοψίζοντας, σε αυτήν την τυχαιοποιημένη κλινική δοκιμή εξωνοσοκομειακών ασθενών που είχαν διαγνωστεί με λοίμωξη SARS-CoV-2, η θεραπεία με υψηλή δόση γλυκονικού ψευδαργύρου, βιταμίνης C ή συνδυασμό των 2 συμπληρωμάτων δεν μείωσε σημαντικά τη διάρκεια των συμπτωμάτων σε σύγκριση με το συνηθισμένο σχήμα θεραπείας. Συνεπώς, η χορήγηση συμπληρωμάτων διατροφής με μη αποδεδειγμένο όφελος για τον ασθενή μπορεί να είναι επιζήμια λόγω των ανεπιθύμητων ενεργειών, καθώς και τα δύο

**σκευάσματα μπορεί να προκαλέσουν γαστρεντερικές διαταραχές, όπως επισημαίνουν οι συγγραφείς.**