

## lu pour vous

Coordination : Dr Jean Perdrix, PMU  
(Jean.Perdrix@hospvd.ch)

### Supplémentation en vitamine D : pas de diminution du nombre d'infections respiratoires

Plusieurs études observationnelles ont rapporté une association inverse entre un taux bas de 25-OH vitamine D et un nombre élevé d'infections respiratoires basses, allant jusqu'à des pneumonies. La question est toutefois restée ouverte et les études jugées non conclusives. Pour tenter de clarifier cette problématique, cette étude néo-zélandaise a inclus 322 adultes sains et les a attribués, aléatoirement et en double aveugle, à recevoir une dose initiale de 200 000 UI suivie d'une prise mensuelle de 100 000 UI (n = 161), ou un placebo en conditionnement identique (n = 161) pour une durée totale de dix-huit mois. Les issues cliniques observées étaient le nombre d'infections respiratoires, puis leur durée et le nombre de jours d'absence au travail. Partant d'un taux basal 25-OH vitamine D de 29 ng/ml, le groupe intervention a logiquement vu des taux supérieurs et constants au fil de l'étude de 48 ng/ml. Le nombre d'infections respiratoires n'était pas statistiquement différent entre les groupes intervention et placebo (593 vs 611), de même que le nombre d'épisodes individuels (3,7 vs 3,8, RR 0,97, IC 95% : 0,85-1,11), la durée des épisodes et le nombre de jours d'absence. Les résultats étaient similaires en stratifiant les participants en fonction de leur taux basal de vitamine D. Les auteurs concluent que l'administration de 100 000 UI de vitamine D ne réduit pas le nombre d'infections respiratoires.

**Commentaire :** Vu le coût humain et social (absentéisme), lié aux infections respiratoires hautes, en réduire le nombre et la durée serait bien évidemment souhaitable. Les études rapportant l'association entre vitamine D basse et infections n'étaient a priori pas totalement surprenantes, la vitamine D intervenant à plusieurs niveaux dans la régulation du système immunitaire. Sur la base de cette étude randomisée contrôlée, l'association semble ne pas être confirmée, tout au moins pour le dosage employé ici.

**Dr Jean Perdrix**

Policlinique médicale universitaire  
Lausanne

Murdoch DR, et al. Effect of vitamin D3 supplementation on upper respiratory tract infections in healthy adults: The VIDARIS randomized controlled trial. JAMA 2012;308:1333-9.