

دراسة تكشف ارتباط فيتاميني K و D بخطر تسوس الأسنان لدى البالغين

5 يوليو، 2026



كشفت دراسة علمية حديثة عن ارتباط محتمل بين نقص فيتامين K والإفراط في استهلاك فيتامين D وزيادة خطر الإصابة بتسوس الأسنان.

اعتمد الباحثون على بيانات المسح الصحي والتغذوي الوطني الأمريكي (NHANES) للفترة بين 2011 و2018، حيث جرى تحليل بيانات 4221 شخصًا بالغًا.

جُمعت معلومات استهلاك الفيتامينات عبر مقابلات شخصية، بينما حُددت حالات تسوس الأسنان من خلال فحوصات سريرية.

أظهر التحليل أن العمر والمستوى التعليمي واستهلاك فيتاميني D و K من العوامل المرتبطة بتسوس الأسنان.

وتبين أن الأشخاص الذين يتناولون كميات أقل من فيتامين K كانوا

أكثر عرضة للتسوس، في حين أظهرت النتائج ارتباطاً غير متوقع بين ارتفاع استهلاك فيتامين D وزيادة الخطر، وهو ما أرجعه الباحثون إلى آليات معقدة لاستقلاب الكالسيوم.

أكد الباحثون أن الدراسة أظهرت ارتباطاً إحصائياً فقط دون إثبات علاقة سببية، ولم تشمل بعض العوامل مثل كمية السكر في النظام الغذائي والتعرض للفلورايد ومستوى العناية بصحة الفم.

وأشاروا إلى أن النتائج تفتح المجال لمزيد من الأبحاث لفهم التفاعلات بين الفيتامينات وصحة الفم.