

Une carence en vitamine D amplifie la douleur chronique

Une carence en vitamine D amplifie la douleur chronique, selon une récente étude américaine, publiée dans la revue *Pain Medicine*, qui a montré une corrélation entre des niveaux inadéquats de vitamine D et la quantité de médicament narcotique (tels que la morphine, le fentanyl ou l'oxycodone) prise par les personnes souffrant de douleur chronique.

Michael Turner et ses collègues de la Clinique Mayo ont mené cette étude avec 267 personnes admises à une clinique de traitement de la douleur.

Celles qui prenaient un médicament narcotique et avaient une carence en vitamine D prenaient des doses presque deux fois plus élevées de médicament. Elles rapportaient également un moins bon fonctionnement physique général et se considéraient en moins bonne santé. Par ailleurs, plus leurs niveaux de vitamine D étaient faibles, plus elles avaient un excès de poids.

La carence en vitamine D est une cause méconnue de douleur diffuse chronique et de dysfonctionnement neuromusculaire, considèrent les auteurs. Il serait important que les niveaux de vitamine D soient vérifiés chez les personnes souffrant de douleur chronique, selon Dr. Turner. Par exemple, dit-il, plusieurs personnes ayant reçu un diagnostic de fibromyalgie souffrent en fait des symptômes d'une déficience en vitamine D.

Il est d'autant plus important de vérifier le niveau de vitamine D s'il y a présence de facteurs souvent liés à une carence tels que l'obésité, une pigmentation de peau foncée ou une exposition limitée à la lumière du soleil, ajoute-t-il.

Des recherches futures devront vérifier les effets d'une correction des niveaux de vitamine D sur la douleur, recommandent les auteurs.

<http://www.psychomedia.qc.ca/alimentation/2009-03-24/une-carence-en-vitamine-d-amplifie-la-douleur-chronique>

Publié par Antoine Bernaud

jeudi 23 juin 2011