

Avertissement : notes prises au vol... erreurs possibles... prudence !

Mardi 10 avril 2018

Hôpital cantonal de Genève

Vitamine D encore et toujours : to D or not to D ?

Prof. S. Ferrari

Il y a eu l'étude RECORD "Oral vitamin D3 and calcium for secondary prevention of low-trauma fractures in elderly people (Randomised Evaluation of Calcium Or vitamin D, RECORD): a randomised placebo-controlled trial. Grant AM, Lancet. 2005 May 7-13;365(9471):1621-8." qui a montré que le calcium et la vitamine D n'empêchent pas la survenue de fractures chez des personnes mobiles de plus de 70 ans.

Ensuite il y a eu « Calcium plus Vitamin D Supplementation and the Risk of Fractures, Rebecca D. Jackson, N Engl J Med 2006; 354:669-683 » qui a montré que chez les femmes postménopausées ça ne diminue pas non plus le risque de fractures, même si ça améliore un peu la densité minérale osseuse (DMO), mais ça augmentait légèrement les lithiases rénales...

Les méta-analyses sur le sujet ont cependant montré une grande hétérogénéité dans les doses de Vit D administrées en supplémentation...

De petites doses sont inutiles, de grosses doses (500'000U) augmentent le risque de chutes (Sanders et al. JAMA, 2010 ;303 :1815-22)...

Ce que l'on nous recommande c'est entre 600 et 800U/j...(A Pooled Analysis of Vitamin D Dose Requirements for Fracture Prevention Heike A. Bischoff Ferrari, N Engl J Med 2012; 367:40-49).

Mais 100'000U/mois après une 1^{ère} dose de 200'000U (Effect of monthly high-dose vitamin D supplementation on falls and non-vertebral fractures: secondary and post-hoc outcomes from the randomised, double-blind, placebo-controlled ViDA trial. Khaw KT, Lancet Diabetes Endocrinol. 2017 Jun;5(6):438-447.)....chez des adultes entre 50 et 84 ans en bonne santé n'a modifié ni les chutes, ni les fractures...mais les personnes âgées institutionnalisées avaient été exclues...

Alors que c'est justement les personnes âgées institutionnalisées qui en bénéficiaient le plus comme l'avait montré une méta-analyse en 2011 (Vitamin D with or without calcium supplementation for prevention of cancer and fractures: an updated meta-analysis for the U.S. Preventive Services Task Force, Chung M, Ann Intern Med. 2011 Dec 20;155(12):827-38.)

L'article du jour c'est « Association Between Calcium or Vitamin D Supplementation and Fracture Incidence in Community-Dwelling Older Adults: A Systematic Review and Meta-analysis. Zhao JG, JAMA. 2017 Dec 26;318(24):2466

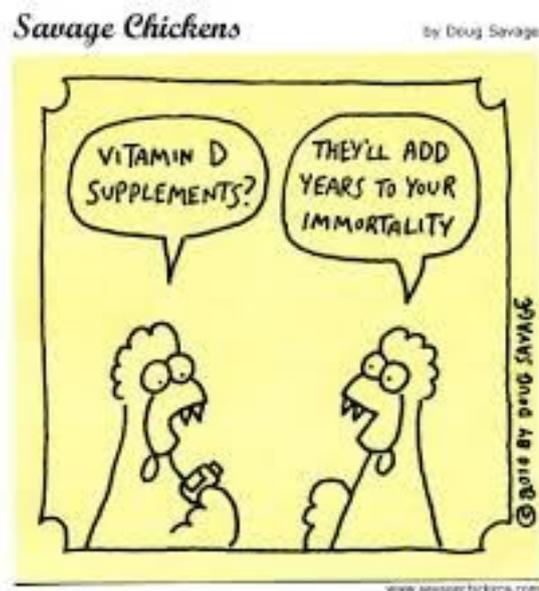
2482. » qui est une méta-analyse qui montre que les suppléments de calcium et de vit.D ne servent à rien pour diminuer chutes et fractures...

Evidemment ça jette un froid...et le Prof Ferrari de conclure que...

- C'est inutile de donner n'importe quelle dose à n'importe qui (et n'importe comment) dans le but de diminuer les fractures
- Un supplément raisonnable (800-1500U/j) +ou- 500-1000mg de Ca⁺⁺/j est bénéfique aux personnes fragiles et ostéoporotiques, plus particulièrement aux personnes âgées en institution.

Il conclut que les méta-analyses sont à l'analyse ce que la métaphysique est à la physique...

Je rajouterai que chez les personnes non institutionnalisées, et non ostéoporotiques, et chez lesquelles on ne suspecte pas particulièrement une ostéomalacie, il est probablement superflu de doser la vitamine D...(d'une part parce que plus ou moins tout le monde en manquerait, selon les normes en vigueur, et ensuite parce que la substitution ne sert à rien chez les personnes non institutionnalisées...).



Compte-rendu du Dr Eric Bierens de Haan
transmis par le laboratoire MGD

ericbdh@bluewin.ch
colloque@labomgd.ch