



Pressmeddelande
Täby 26 maj, 2004

Nya rön visar att:

Vitamin K kan stärka kroppens kärl och benstomme

**Helt nya rön visar att den hittills relativt okända vitaminen K hämmar
 förkalkningen av kroppens kärl. Ett flertal studier har klargjort att vitaminen
 också bidrar till högre bentäthet och lägre risk för benbrott.**

En treårig studie på över 100 kvinnor visar att den grupp som behandlats med mineraler, D-vitamin och K-vitamin, bibehöll kärlelasticiteten till skillnad från övriga deltagare. Brist på vitamin K kan omvänt öka förkalkningen i ådrorna. Studien publicerades nyligen i tidskriften Thrombosis & Haemostatis.

Vitamin K har också en viktig roll i benbyggandet och när det gäller att stärka skelettet. Vitaminen har betydelse för tillverkningen av proteinet osteokalcin som deltar vid inlagring av kalcium i skelettet. Ett flertal långtidsstudier visar att vitamin K ökar mängden osteokalcin och därmed reducerar frakturriskerna. Personer med benskörhet lider ofta av K-vitaminbrist.

— Många näringsämnen är viktiga i benbyggnaden varav K-vitamin är ett som hittills har kommit något i skymundan säger Viveca Annell, dietist och kostrådgivare. Vi borde dra nytta av de viktiga rönen kring vitamin K

Viktig antioxidant – finns i spenat och i kosttillskott

Vitamin K är också en viktig antioxidant, vilket betyder att den har förmåga att skydda kroppen mot skadliga nedbrytningsprodukter, de fria radikalerna. Fria radikaler anses påskynda åldrandet och kan orsaka vävnadsskador och sjukdomar. Rökning, stress och miljöfaktorer ökar bildningen av fria radikaler och gör oss ännu känsligare för angrepp.

Vitamin K finns naturligt i bland annat gröna bladgrönsaker som spenat och produceras automatisk i en frisk tarmflora. Kroppens egna förråd av vitamin K anses vara små.

Det finns ännu ingen rekommenderad dagsdos för vitamin K, men studier tyder på att det dagliga intaget bör vara 100 – 400 ug/dag. Troligtvis ger en normalkost mindre än 100 ug/dag.

ACO Vitamineral är det första kosttillskott som innehåller vitamin K.

— De medicinska experter som bistått oss vid utformningen av ACO Vitamineral fick upp

ögonen för denna vitamin som tidigare fört en undanskymd tillvaro, säger Lisa Schwartz, produktchef ACO Vitamineral. Med tanke på de nya rönen kring vitamin K, känns det som en mycket viktig komponent.

Tidigare kände man endast till vitamin K:s betydelse för blodets koagulation. Av denna anledning får personer som behandlas med blodförtunnande medel, t ex Waran mot blodpropp, ofta rådet att inta en jämn mängd av vitamin K i kosten. Dessa ska därför inte påbörja intag av kosttillskott som innehåller vitamin K.

För mer information kontakta:

Elisabeth Sahlberg, informationschef Pfizer
Telefon: 08-695 4601 eller 070-525 4601

Lennart Nathell, M.D., Ph.D, Medicinsk rådgivare, Pfizer
08-519 063 82 eller 0708-50 63 82

Viveca Annell, dietist och kostrådgivare
Telefon: 08-83 66 97 eller 070-441 27 96

Bilder för nedladdning finns på
www.pfizer.se (i pressrummets bibliotek)
www.aco.nu
www.vitamineral.se

Pfizer är ett ledande läkemedelsföretag. Vi arbetar för att ge människor ett längre, friskare och bättre liv genom att tillhandahålla effektiva läkemedel och kunskap kring dessa. Vi vill alltid göra mer för patienten, därför satsar vi också mer än något annat bolag på forskning kring läkemedel. Pfizers globala verksamhet är koncentrerad till områdena hjärta/kärl, centrala nervsystemets sjukdomar, respiration, infektion, urologi, smärta, onkologi, oftalmologi och endokrinologi. Vi har även en stark portfölj av egenvårdsprodukter. Tillsammans med vårdens alla parter arbetar Pfizer för att skapa lösningar för framtidens hälso- och sjukvård.