

# Vitamine D : une piste très sérieuse anti-COVID-19

16 novembre 2020 - 20:45 par [Infodujour](#)

« La vitamine D pourrait être d'une aide précieuse dans la lutte contre la COVID 19 » affirme le Dr Jean-Michel Wendling, spécialiste prévention santé au travail à Strasbourg, consultant pour [infodujour.fr](#).



Dr Jean-Michel Wendling (DR)

## Par Jean-Michel Wendling

Une équipe française comportant chercheurs et cliniciens issus de Marseille, Angers et Saint Etienne sont à l'avant-garde. **Jean-Marc Sabatier** (directeur de recherche au CNRS de Marseille) et **Cédric Annweiler** (chef du service gériatrie au CHU d'Angers) ont publié deux belles études en maison de retraite et service gériatrique.

Ces travaux ont été publiés en novembre. Dans une maison de retraite, un premier travail a été lancé sur soixante-six résidents avec COVID-19 comportant des patients « rechargés en vitamine D3 » qui ont été comparés à un «groupe témoin» sans traitement. Le groupe traité (n = 57) et témoin (n = 9) était comparable en âge, tout comme la gravité du COVID-19 et l'utilisation de médicaments COVID-19 associés. L'ensemble des patients a été suivi sur 36 jours. Les résultats de suivi ont montré que 82,5% des participants du groupe traité ont survécu au COVID-19, contre seulement 44,4% dans le groupe non traité (p = 0,023). Le risque relatif de mortalité était réduit de 89 % dans le groupe traité par la

supplémentation en vitamine D3 (ORa = 0,11 ; p = 0,003). Les auteurs concluent que la supplémentation par bolus de vitamine D3 pendant ou juste avant le COVID-19 était associée chez les personnes âgées fragiles à un COVID-19 moins sévère et à un meilleur taux de survie. **(1)**

Cette étude a été complétée par un suivi de l'effet du traitement en service gériatrique sur 3 groupes. Dans le groupe régulièrement complémenté par la vitamine D, 93,1% des patients atteints du COVID-19 ont survécu au 14ème jour et 81,2% dans le groupe de malades rechargés au moment du diagnostic. Le groupe non traité présentait une mortalité plus importante et 68,7% de survivants. **(2)**

### **Le traitement curatif en « essais contrôlés » très prometteur à l'étranger aussi !**

Une équipe indienne a mené une étude sur 40 individus positifs à l'ARN du SRAS-CoV-2 qui ont été tirés au sort et répartis en deux groupes : ceux traités (n = 16) et des témoins (n = 24). Les taux de départ de 25 (OH) D dans le sang étaient considérés similaires respectivement entre les deux groupes.

Le nombre de sujets ayant négativé leur test après prise de vitamine D était supérieur dans le groupe traité : 62,5% des patients versus seulement 20,8% participants dans le groupe témoin (p <0,018). Les taux de fibrinogène ont également diminué de manière significative avec la supplémentation en cholécalciférol (différence intergroupe 0,70 ng / ml; P = 0,007). **(3)**

Dans une étude en essai contrôlé sur 76 patients menée par le service de pneumologie de l'hôpital universitaire Reina Sofía de Córdoba (Espagne), les patients ont été sélectionnés par tirage au sort électronique le jour de l'admission pour prendre (n=50) ou non (n=26) du calcifediol oral (0,532 mg de calcifediol par voie orale (0,266 mg) aux jours 3 et 7, puis toutes les semaines jusqu'à la sortie ou à l'admission en unité de soins intensifs).

Dans le groupe traités par calcifediol, seul 2% ont été admis en Unité de Soins Intensifs, tandis que sur 26 patients non traités, 13 ont l'ont été (50%) ( p <0,001). Le risque est réduit de 97% selon les auteurs. (OR = 0,03). Aucun des patients traités n'est décédé et tous sont sortis sans complications. Sur le groupe des 13 patients non traités, deux sont

décédés. Ces résultats nécessitent d'être étendus sur des séries de patients plus importantes mais sont très prometteurs. (4)

**Ces résultats très prometteurs doivent être confirmés par plus d'observations cliniques.**

## **En Europe aussi**

---

Certains états européens prennent les devants et lancent des initiatives

### **L'Angleterre**

Les ministres anglais élaborent un plan massif de supplémentation destinées aux résidents des foyers de soins et aux personnes cliniquement extrêmement vulnérables en Angleterre

Les personnes âgées et vulnérables **seront traitées par de la vitamine D pendant quatre mois** à partir de décembre au Royaume-Uni, a annoncé le secrétaire d'État à la Santé et à la Protection sociale britannique Matt Hancock le 7 novembre. Les bénéficiaires incluent notamment les personnes immunodéprimées, les patients atteints de cancer, ou ceux souffrant d'affections respiratoires sévères. « Nous allons veiller à ce que ceux qui ont le plus besoin de vitamine D puissent avoir un stock qui leur permette de tenir tout l'hiver. Un bon nombre d'études suggèrent qu'une supplémentation en vitamine D pourrait avoir un impact positif pour les personnes souffrant de Covid-19 », explique une source proche du Ministère.

### **La Norvège**

En Norvège, des chercheurs ont lancé une étude clinique pour déterminer si l'huile de foie de morue, riche en vitamine D, pouvait avoir des effets bénéfiques sur le Covid-19, détaille *Le Monde*. Une décision prise à la suite d'une grande enquête lancée en mars à l'hôpital d'Oslo au cours de laquelle 150 000 personnes dont 2 000 positives au virus ont répondu à un questionnaire. Leurs réponses montrent que les consommateurs réguliers d'huile de foie de morue sont, dans une proportion significative, moins souvent contaminés, et tombent moins gravement malade s'ils sont infectés.

### **L'avis de l'Académie de Médecine : 22 mai 2020**

L'Académie Nationale de Médecine a donné ses recommandations **dans sa publication du 22 mai**. « La vitamine D module le fonctionnement du système immunitaire par stimulation des macrophages et des cellules

dendritiques et joue un rôle dans la régulation et la suppression de la réponse inflammatoire cytokinique à l'origine du syndrome de détresse respiratoire aigu qui caractérise les formes sévères et souvent létales de Covid-19 ».

**A cette date, elle recommandait et estimait :**

- que l'administration de vitamine D par voie orale est une mesure simple, peu coûteuse et remboursée par l'Assurance Maladie ;
- nécessaire d'assurer une supplémentation vitaminique D dans la population française dans un rapport en 2012,
- de doser rapidement le taux de vitamine D sérique (c'est-à-dire la 25 OHD) chez les personnes âgées de plus de 60 ans atteintes de Covid-19, et d'administrer, en cas de carence, une dose de charge de 50.000 à 100.000 UI qui pourrait contribuer à limiter les complications respiratoires,
- d'apporter une supplémentation en vitamine D de 800 à 1000 UI/jour chez les personnes âgées de moins de 60 ans dès la confirmation du diagnostic de Covid-19.

**A ce jour, en dehors de ces recommandations, inutile de se jeter sur la vitamine en pharmacie !**

Pour avoir des apports suffisants il est souhaitable de s'exposer à la lumière et au soleil « visage et bras » durant 30 mn par jour, en pratiquant, au mieux, une activité physique par exemple et en ayant une alimentation diversifiée comportant très régulièrement des poissons gras et des produits laitiers.

**La prise de doses plus importantes est de la compétence du médecin traitant qui jugera de la nécessité de compléter en fonction de la situation géographique et du mode de vie.**

1. Cédric Annweiler, Bérangère Hanotte, Claire Grandin de l'Eprevier, Jean-Marc Sabatier, Ludovic Lafaie, Thomas Célarier, **Vitamin D and survival in COVID-19 patients: A quasi-experimental study, The Journal of Steroid Biochemistry and Molecular Biology**, Volume 204, 2020, 105771,ISSN 0960-0760, <https://doi.org/10.1016/j.jsbmb.2020.105771>.
2. Annweiler, G.; Corvaisier, M.; Gautier, J.; Dubée, V.; Legrand, E.; Sacco, G.; Annweiler, C., **On behalf of the GERIA-COVID study**

**group; Vitamin D Supplementation Associated to Better Survival in Hospitalized Frail Elderly COVID-19 Patients: The GERIA-COVID Quasi-Experimental Study.** *Nutrients* 2020, 12, 3377.

3. Rastogi A, Bhansali A, Khare N, et al **Short term, high-dose vitamin D supplementation for COVID-19 disease: a randomised, placebo-controlled, study**
4. Entrenas Castillo M et al. **Effect of calcifediol treatment and best available therapy versus best available therapy on intensive care unit admission and mortality among patients hospitalized for COVID-19: A pilot randomized clinical study ».** *J Steroid Biochem Mol Biol.* 2020 Oct;203:105751. doi: 10.1016/j.jsbmb.2020.105751. Epub 2020 Aug 29. PMID: 32871238; PMCID: PMC7456194. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32871238/>
5. **(SHADE study)** *Postgraduate Medical Journal* Published Online First: 12 November 2020. doi: 10.1136/postgradmedj-2020-139065





Le soleil, source de vitamine D (CCO domaines public)