

آگاهی از تغییراتی که در پوشش OHIP برای آزمایش ویتامین D ایجاد شده است برگه اطلاعاتی برای بیماران

برنامه بیمه درمانی آنتاریو (OHIP) از 1 دسامبر 2010، هزینه آزمایش ویتامین D را تنها برای اشخاصی پرداخت می کند که به عوارض زیر مبتلا هستند:

- پوکی استخوان و استئوپنی
- راشیتیسم
- سندرم سوء جذب
- بیماری کلیوی
- بیماری که از داروهایی استفاده می کنند که روی متابولیسم ویتامین D تأثیر می گذارند

بررسی بهترین مدارک پزشکی موجود نشان می دهد که آزمایش ویتامین D برای بزرگسالان و کودکان سالم از لحاظ پزشکی لازم نبوده و اشخاص بایستی از توصیه های وزارت بهداشت و درمان کانادا در مورد رژیم و مکمل غذایی ویتامین D پیروی کنند.

رژیم و مکمل غذایی

وزارت بهداشت و درمان کانادا توصیه می کند که شهروندان کانادایی از توصیه هایی که در مورد غذا خوردن سالم در راهنمای غذایی کانادا گنجانده شده پیروی کنند.

رژیم غذایی

- همه شهروندان کانادایی به سن دو سال به بالا، 500 میلی لیتر (دو فنجان) شیر یا نوشیدنی های تقویت شده سویا در روز برای تأمین ویتامین D کافی می نوشند. دو فنجان شیر معادل 200 واحد بین المللی (IU) ویتامین D تأمین می کند که مقدار کافی برای اشخاص به سن 1 تا 50 سال می باشد که عموماً سالم هستند.
- غذاهای دیگری که سرشار از ویتامین هستند عبارتند از ماهی چرب، زرده تخم مرغ، روغن کبد ماهی و بعضی انواع قارچ.

مکمل غذایی

- وزارت بهداشت و درمان کانادا توصیه می کند که در صورت نیاز به مکمل غذایی، اشخاص به سن دو تا پنجاه سال مکمل های غذایی ویتامین D معادل 200 IU را به طور روزانه مصرف کنند.
- اشخاص بالای 50 سال علاوه بر پیروی از راهنمای غذایی کانادا، بایستی یک مکمل غذایی ویتامین D معادل 400 IU را به طور روزانه مصرف کنند. مقدار ویتامین D موجود در غذاها به طوریکه توسط راهنمای غذایی توصیه شده برای برآوری میزان قابل قبول این ویتامین برای اشخاص بالای 50 سال و کمک به کاهش خطر شکستگی استخوان کافی نیست.

شرایط بهداشتی هر شخص متفاوت است، بنابراین اهمیت دارد که نیاز به آزمایش و مکمل غذایی ویتامین D را با ارائه کننده مراقبتهای درمانی خود در میان بگذارید.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد راهنمای غذایی کانادا و مکمل غذایی ویتامین D از وب سایت وزارت بهداشت و درمان کانادا به آدرس زیر دیدن کنید

www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/vitamin/vita-d-eng.php

یا از وب سایت Eat Right Ontario (تغذیه سالم برای اهالی آنتاریو) به آدرس زیر دیدن کنید

<http://www.eatrightontario.ca/en/ViewDocument.aspx?id=218>

مدارک

کمیته مشورتی فناوری بهداشت آنتاریو (Ontario Health Technology Advisory Committee - OHTAC) در ژوئن 2010 توصیه‌هایی را براساس بررسی مدارک پزشکی موجود در مورد ویتامین D مطرح کرد. OHTAC تشخیص داد که استفاده عادی و مرتب آزمایش ویتامین D را نمی‌توان توجیه کرد و همچنین متذکر شد که وزارت بهداشت و درمان کانادا میزان مصرف روزانه کافی ویتامین D را برای شهروندان کانادایی سالم توصیه نموده است.

کمیته مشورتی فناوری بهداشت آنتاریو یک کمیته تخصصی نیمه مستقل می‌باشد که توصیه‌هایی را در مورد بهترین فناوری‌های بهداشتی برای آنتاریو به سیستم مراقبت درمانی و وزارت بهداشت و مراقبت دراز مدت آنتاریو ارائه می‌کند.

اطلاعاتی در مورد ویتامین D

- آزمایش ویتامین D از سال 2004 به میزان تقریباً 2,500 درصد افزایش یافته است.
- تعداد 29,000 آزمایش در سال 2004 انجام شد. بیش از 700,000 آزمایش در سال 2009 انجام شد.
- کمیته مشورتی فناوری بهداشت آنتاریو براساس مقادیر عادی توصیه شده، تشخیص داد که تنها در حدود پنج درصد بزرگسالان و کودکان کانادایی کمبود ویتامین D دارند.
- افرادی که رنگیزه پوست تیره‌تری دارند و کسانی که در مناطق شمالی زندگی می‌کنند در معرض خطر بیشتری برای کمبود ویتامین D قرار دارند و با اینکه این موضوع به تنهایی مبنای آزمایش ویتامین D نیست، ولی به نیاز بیشتری دلالت می‌کند که در این گروه‌ها برای آزمایش وجود دارد تا اطمینان حاصل شود ویتامین D کافی را از طریق رژیم و مکمل غذایی سالم دریافت می‌کنند.

کیفیت و ارزشمندی در مراقبت درمانی

آنتاریو در نظر دارد که کیفیت و ارزشمندی مراقبت درمانی را توسط تأمین بودجه برای خدماتی بهبود دهد که توسط بهترین مدارک پزشکی موجود حمایت و تأیید می‌شوند. ما با استفاده از مدارک پزشکی برای تصمیم‌گیری در مورد مراقبت از بیماران، بهترین استفاده ممکن را از منابع مراقبت درمانی مان می‌کنیم. تغییر در نحوه آزمایش ویتامین D نشانگر این خط‌مشی است. سیستم درمانی نمی‌تواند به پرداخت هزینه آزمایشات و شیوه‌هایی ادامه دهد که از لحاظ پزشکی ضروری نیستند.

کشورهای زیادی در سرتاسر جهان توجه خود را در رابطه با مراقبت درمانی تغییر داده تا کیفیت و ارزشمندی را در مد نظر قرار دهند و آنتاریو از این قاعده مستثنی نیست. ما به این موضوع توجه داریم که هزینه مراقبت درمانی به میزانی رو به رشد است که این خطر وجود دارد غیرقابل‌تداوم شود. اگر بخواهیم مطمئن شویم که سیستم مراقبت درمانی ما منابع لازم را برای مراقبت از اهالی آنتاریو در آینده داشته باشد، نیاز است که شروع به استفاده بهتر از منابعی بکنیم که در حال حاضر در اختیار داریم. تجویز آزمایشات پزشکی غیرضروری نوعی استفاده نامناسب از منابع محدودی می‌باشد که در جای دیگر مورد نیاز می‌باشند. بهترین مدارک موجود به وضوح نشان می‌دهند که آزمایش عادی ویتامین D در بین عموم مردم از لحاظ پزشکی لازم نیست. دولت آنتاریو تأمین بودجه برای چنین آزمایشی را براساس این مدارک قطع کرده و از این منابع به روش‌هایی استفاده خواهد کرد که بهره‌مندی واقعی به اهالی آنتاریو ارائه شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر از وب‌سایت زیر دیدن کنید

www.health.gov.on.ca/en/public/programs/ohip/changes/vitamin_d.aspx