

# Objaśnienie zmian objęcia ubezpieczeniem OHIP

## badania poziomu witaminy D

### Arkusz informacyjny dla pacjenta

---

Od 1 grudnia 2010 r., Ubezpieczenie Zdrowotne Ontario (Ontario Health Insurance Plan - OHIP) będzie pokrywać koszt badania poziomu witaminy D wyłącznie dla osób z następującymi schorzeniami:

- Osteoporoza i osteopenia
- Krzywica
- Zespół złego wchłaniania
- Choroba nerek
- Pacjenci przyjmujący leki wpływające na metabolizowanie witaminy D

Przegląd najlepszych dostępnych danych medycznych wykazał, że badanie poziomu witaminy D u zdrowych osób dorosłych i dzieci nie jest medycznie niezbędne i że należy przestrzegać zaleceń Ministerstwa Zdrowia Kanady dotyczących sposobu odżywiania i suplementacji witaminy D.

#### **Odżywianie i suplementacja**

Ministerstwo Zdrowia Kanady zaleca przestrzeganie wskazówek zawartych w publikacji „Dobre Odżywianie z Kanadyjskim Przewodnikiem Żywienia” (Eating Well with Canada's Food Guide).

#### Odżywianie

- Aby uzyskać wystarczającą dawkę witaminy D, wszyscy mieszkańcy Kanady powyżej dwóch lat życia powinni codziennie spożywać 500 ml (dwie szklanki) mleka lub wzbogaconego napoju sojowego. Dwie szklanki mleka dostarczają 200 Jednostek Międzynarodowych (I.U.) witaminy D, co stanowi dostateczną ilość dla osób ogólnie zdrowych w wieku 1-50 lat.
- Inne produkty żywnościowe bogate w witaminę D to m.in. tłuste ryby, żółtka jaj, oleje z wątroby ryb i niektóre rodzaje grzybów.

#### Suplementacja

- Jeśli potrzebna jest suplementacja, Ministerstwo Zdrowia Kanady zaleca osobom w wieku od dwóch do pięćdziesięciu lat przyjmowanie suplementów witaminy D w ilości 200 I.U. dziennie.
- Oprócz przestrzegania zaleceń Kanadyjskiego Przewodnika Żywienia, każda osoba powyżej 50 lat powinna przyjmować suplement witaminy D w dawce 400 I.U. dziennie. Zawartość witaminy D w produktach żywnościowych według zaleceń Przewodnika Żywienia nie zapewni wystarczającej dawki, która pomoże zmniejszyć ryzyko złamań kości, dla osób powyżej 50 lat.

Warunki zdrowotne są różne w każdym przypadku, a zatem jest ważne, aby omówić swoje potrzeby w zakresie badania poziomu witaminy D i jej suplementacji ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

Więcej informacji na temat Kanadyjskiego Przewodnika Żywienia i suplementacji witaminy D można znaleźć na stronie Ministerstwa Zdrowia (**Health Canada**), adres:  
[www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/vitamin/vita-d-eng.php](http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/vitamin/vita-d-eng.php),

lub na stronie internetowej **Eat Right Ontario**, adres  
<http://www.eatrightontario.ca/en/ViewDocument.aspx?id=218>

### **Dane medyczne**

W czerwcu 2010 r. Komitet Doradczy ds. Technologii Zdrowia Ontario (Ontario Health Technology Advisory Committee - OHTAC) przedstawił zalecenia w sprawie badania poziomu witaminy D na podstawie przeglądu aktualnych danych medycznych. OHTAC stwierdził brak podstaw do rutynowego zlecenia badań poziomu witaminy D, podkreślając, że Ministerstwo Zdrowia Kanady wydało zalecenia dotyczące odpowiedniej dziennej dawki witaminy D dla zdrowych mieszkańców Kanady.

Komitet Doradczy ds. Technologii Zdrowia Ontario to niezależny komitet ekspertów, który formułuje zalecenia dla systemu opieki zdrowotnej i Ministerstwa Zdrowia i Długotrwałej Opieki Ontario (Ontario Ministry of Health and Long-Term Care), dotyczące najlepszych technologii zdrowia dla Ontario.

### **Fakty dotyczące witaminy D**

- Od roku 2004, ilość badań poziomu witaminy D wzrosła o 2500 procent.
- W roku 2004 wykonano 29 000 badań. W roku 2009 wykonano ich ponad 700 000.
- Komitet Doradczy ds. Technologii Zdrowia Ontario stwierdził, że niedobór witaminy D według zalecanego normalnego zakresu ma zaledwie około pięć procent dorosłych i dzieci w Kanadzie.
- Osoby o ciemnej pigmentacji skóry i osoby zamieszkujące północne rejony są bardziej zagrożone niskim poziomem witaminy D, co wskazuje na większą potrzebę zapewnienia tym osobom odpowiedniej ilości witaminy D w ramach zdrowego odżywiania i suplementacji, chociaż nie stanowi samo w sobie podstawy do badania poziomu witaminy D.

### **Jakość i wartość opieki zdrowotnej**

Ontario posiada plan poprawy jakości i wartości opieki zdrowotnej poprzez finansowanie świadczeń w oparciu o najlepsze dostępne dane medyczne. Podejmując decyzje w sprawie opieki nad pacjentami na podstawie najlepszych danych medycznych zapewniamy jak najlepsze wykorzystanie naszych zasobów w zakresie opieki zdrowotnej. System opieki zdrowotnej nie może nadal finansować badań i zabiegów, które nie są niezbędne z medycznego punktu widzenia.

Kraje całego świata skupiają się coraz bardziej na jakości i wartości opieki zdrowotnej, w czym Ontario nie jest wyjątkiem. Wiemy, że koszt opieki zdrowotnej wzrasta w tempie zagrażającym jej istnieniu. Jeśli chcemy zagwarantować naszemu systemowi potrzebne zasoby dla zapewnienia mieszkańcom Ontario opieki zdrowotnej w przyszłości, musimy już dzisiaj zacząć lepiej wykorzystywać te zasoby. Zlecenie badań niekoniecznych z medycznego punktu widzenia stanowi nieodpowiednie wykorzystanie ograniczonych środków potrzebnych gdzie indziej. Najlepsze dostępne dane jasno wskazują, że rutynowe badania poziomu witaminy D w obrębie całej populacji nie są niezbędne z medycznego punktu widzenia. Na podstawie tych danych rząd Ontario wstrzymał finansowanie tego rodzaju badań i wykorzysta wspomniane zasoby w sposób zapewniający rzeczywiste korzyści mieszkańcom Ontario.

Bliższe informacje można znaleźć pod adresem  
[www.health.gov.on.ca/en/public/programs/ohip/changes/vitamin\\_d.aspx](http://www.health.gov.on.ca/en/public/programs/ohip/changes/vitamin_d.aspx)