



IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla  
Ravi 18, 10138 Tallinn  
Rg-kood 10822068  
Tel 666 1900  
E-post info@itk.ee  
www.itk.ee

## Витамин D (25-ОН)

**Витамин D (Vit D)** играет важную роль в обмене кальция и фосфора, в т. ч. в развитии костей. Недостаток витамина D приводит к рахиту у младенцев и маленьких детей и к хрупкости костей у взрослых. Кроме того, при потреблении витамина D в качестве пищевой добавки его избышек может вызывать слабость в мышцах, боль в животе, повышенное кровяное давление, у детей – нарушения развития скелета.