

## Η βιταμίνη D μπορεί να αναχέσει την επιδημία γρίπης©

Συντάχθηκε απο τον/την Δρ Δημήτριος Ν. Γκέλης, Ιατρός, Οδοντίατρος, Ωτορινολαρυγγολόγος, Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών - Τελευταία Ενημέρωση Παρασκευή, 14 Μάιος 2021 21:08

---



Δρ Δημήτριος Ν. Γκέλης  
Ιατρός,  
Ωτορινολαρυγγολόγος,  
Οδοντίατρος,  
Διδάκτωρ της Ιατρικής  
Σχολής του Πανεπιστημίου  
Αθηνών  
Τηλ. 2744023768,  
0344280764, e-mail:  
pharmage@otenet.gr  
www.gelis.gr  
www.pharmage.gr  
www.otpedia.gr  
www.allergopedia.gr  
www.gkelanto.gr  
www.curcumin.gr  
www.d3gkelln.gr  
www.vitaminb12.gr  
www.zinc.gr  
www.gkelismedicallexicon.  
gr  
www.prolipsicarcinou.gr

Συντάχθηκε απο τον/την Δρ Δημήτριος Ν. Γκέλης, Ιατρός, Οδοντίατρος, Ωτορινολαρυγγολόγος, Διδάκτωρ  
Πανεπιστημίου Αθηνών - Τελευταία Ενημέρωση Παρασκευή, 14 Μάιος 2021 21:08



Παπαληγούρα 16, Άσσος  
Κορινθίως, Τηλ. 2741087758,  
6944644820 email:  
kgkeli@hotmail.com

## Η βιταμίνη D μπορεί να αναχέσει την επιδημία γρίπης©

Συντάχθηκε απο τον/την Δρ Δημήτριος Ν. Γκέλης, Ιατρός, Οδοντίατρος, Ωτορινολαρυγγολόγος, Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών - Τελευταία Ενημέρωση Παρασκευή, 14 Μάιος 2021 21:08



**Η λήψη βιταμίνης D μπορεί να ανασχέσει την επιδημία γρίπης**

Η συμπληρωματική χορήγηση βιταμίνης D ήδη από το φθινόπωρο, μπορεί να προστατεύσει από την τυπική γρίπη (κρυολόγημα).

Σήμερα που επιδημιολογικά αποδείχτηκε ότι τα επίπεδα της βιταμίνης D3 είναι πολύ χαμηλά ή χαμηλά τους χειμερινούς μήνες στις εύκρατες ζώνες της γης, έχει βρεθεί ότι η λήψη 4.000 IU βιταμίνης D3 ημερησίως από τους ενήλικες εξαφανίζει την εποχιακότητα της γρίπης και περιορίζει δραματικά τη συχνότητά της.

Η ασφαλέστερη συμπληρωματική χορήγηση βιταμίνης D γίνεται, χορηγώντας φυσική και όχι συνθετική βιταμίνη D3 που φέρεται μέσα σε βιολογικό εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο [D3-Gkelin drops]. Κάθε σταγόνα του D3 Gkelin drops περιέχει 1000 IU φυσικής βιταμίνης D3.

Πόσες σταγόνες βιταμίνης D3  
βιολογικό εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο  
25ug (1000 IU) ανά σταγόνα  
**5ml**

6944389764  
Aon Nuii 2012 Jul 4 941517-2512  
Sca  
Sci Rep (2020) 10:10056 | <https://doi.org/10.1038/s41598-020-10056-6> | [www.nature.com/scientificreports/](https://www.nature.com/scientificreports/)