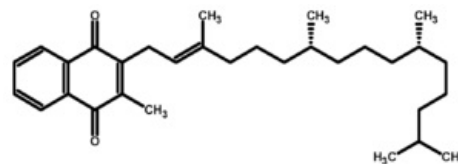


Vitamin K

Vitamin K je kolektivní název pro sloučeniny derivované z 2-metyl-1,4-naftochinonu. Je kofaktorem karboxylace kyseliny glutamové na γ -karboxyglutamovou; γ -karboxyglutamát je zásadní pro vazbu vápníku koagulačními faktory, které využívají Ca^{2+} jako kofaktor (II, VII, IX, X), a dále pro syntézu protisrážlivých proteinů C a S. Podílí se ale i na funkci dalších bílkovin interagujících s kalcie, např. osteokalcinem. Funkci vitaminu K potlačuje warfarin.

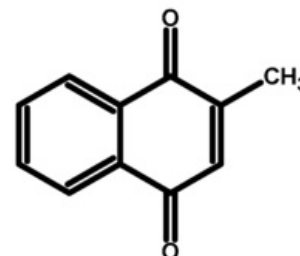


Vzorec vitaminu K₁

Zdroj

Hojně se vyskytuje v zelenině, zejména listové, mléce a mléčných výrobcích, mase, vejcích, obilovinách a ovoci. Střevní bakterie produkují značné množství vitaminu K, ale jeho využitelnost je sporná.

Odhadované potřebné množství (DDD nelze stanovit) je podle DACH 2000^[1] pro všechny věkové kategorie kromě novorozenců 1 μg /kg tělesné hmotnosti.



Vzorec vitaminu K₃

Deficit

Deficit se nejčastěji vyskytuje u novorozenců a malých kojenců. Pro nedostatečný přechod placentou, nízký obsah vitaminu K v mateřském mléce a nedostatečnou endogenní syntézu střevní florou v prvních týdnech života může vzniknout **hemoragická choroba novorozenců**. Proto se všem donošeným novorozencům profylakticky podává 2–6 hodin po porodu 1 mg vitaminu K₁ (phytometadion) i.m. (podání se neopakuje) nebo 2 mg p.o. a u plně kojených dětí se dále podává 1 × týdně 1 mg p.o. do věku 10–12 týdnů.^[2]

U zdravých dospělých se deficit nevyskytuje. **Hypoprotrombinémie** – krvácení do sliznic a různých orgánů se vyskytuje při poruše vstřebávání tuků, chronických jaterních onemocněních, gastrointestinálních onemocněních, dlouhodobé léčbě antibiotiky a některými dalšími léky.

Nadbytek

Projevy nadbytku nejsou známy – ani dávka 500× vyšší než potřebné množství nemá toxický účinek.

Odkazy

Související články

- Krvácivá nemoc novorozence

Reference

- Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung, Schweizerische Vereinigung für Ernährung. . *Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr (DACH)*. 1. vydání. Frankfurt am Main : Umschau/Braus, 2000. 216 s. ISBN 3-8295-7114-3.
- HANZL, M. *Prevence krvácení z nedostatku vitaminu K (krvácivé nemoci novorozenců) : Doporučené postupy v neonatologii* [online]. Česká neonatologická společnost České lékařské společnosti J. E. Purkyně, ©2010. [cit. 2011-07-21]. <http://www.neonatologie.cz/fileadmin/user_upload/Doporučení_CNEOS/Vitamin_K_2010.pdf>.