

Autor(id): Viktoria Ivanova

Küsimus: Letsitiini või C-vitamiini kasutamine keskendumisraskuste vastu suitsetamisest loobumisel

Kontekst:

Bibliograafia:

Tõendatuse astme hinnang							Mõju	Tõendatuse aste	Olulisus
Uuringute arv	Uuringukavand	Nihke tõenäosus	Tõenduse ebakõla	Tõenduse kaudsus	Tõenduse ebatäpsus	Muud kaalutlused			

C vitamiini plasmakontsentratsioon ja tähelepanu, keskendumisvõime, töömälu, otsustuskiirus, objektide äratundmise kiirus

1 ¹	vaatlusuuringud	suur ^a	väike	väga suur ^b	väike ^c	puudub	Nikolaj Travica jt läbiõikeline uuring (n=80), mille eesmärgiks oli hinnata seost C vitamiini seerumkontsentratsiooni ja kognitiivse võimekuse vahel. Uuritavad jagati 2 rühma: 1) optimaalse C-vit tasemega (≥28 μmol/L) 2) C-vit vaegusega (<28 μmol/L. Uuringu tulemusena leiti SUCCAB testi alusel, et reageerimisvõime 1. rühmas oli statistiliselt oluliselt kiirem/parem (<i>p</i> = 0.039), vahetu äratundmise mälu parem (<i>p</i> = 0.03), Stroop testi tulemus kõrgem (<i>p</i> = 0.024), äratundmise testid kõrgema tulemusega (<i>p</i> = 0.049). Kokkuvõtteks leiti oluline seos C -vitamiini plasmakontsentratsiooni ja tähelepanu, keskendumisvõime, töömälu, otsustuskiiruse, objektide äratundmise kiiruse vahel (vanusele kohandatud <i>p</i> < 0.05).	 Väga madal ^{a,b,c}	^d
----------------	-----------------	-------------------	-------	------------------------	--------------------	--------	---	--	--------------

CI: confidence interval

Selgitused

- a. uuritavate ja uruijate pimendamist ei toimunud
- b. uuritavad ei olnud tubaka- või nikotiinitoodetest loobujad, tegemist kaudse tõendusmaterjaliga
- c. uuritavate arv väike

Viited

1.Travica N, Ried K,Sali A,Hudson I,Scholey A,Pipingas A.. Plasma Vitamin C Concentrations and Cognitive Function: A Cross-Sectional Study. Front Aging Neurosci. 2019 Apr 2;11:72..2019.