

# Krepitev imunskega sistema ob covidu-19 in drugih akutnih okužbah dihal

**Priporočila za nadomeščanje vitamina D<sub>3</sub> v obdobjih okužb dihal in za njegovo nadomeščanje pri bolnikih s covidom-19 <sup>(1)</sup>**

| PREPREČEVANJE                                                                                                                                                                                                                                              | ODMERJANJE                                                                                                                                        |                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| <b>ZDRAVI ODRASLI</b>                                                                                                                                                                                                                                      | <b>800–2000 i. e./dan</b><br>od začetka oktobra do konca aprila                                                                                   |                                           |
| <b>OGROŽENE SKUPINE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• kronični bolniki</li><li>• starejši od 70 let</li><li>• zdravstveni delavci</li><li>• svojci obolelih v istem gospodinjstvu</li><li>• pri tveganih stikih z bolniki s covidom-19</li></ul> | <b>1000–2000 i. e./dan</b><br>ali<br><b>10.000–14.000 i. e./teden</b>                                                                             | vse leto                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                   | vsaj en mesec oz.<br>od oktobra do aprila |
|                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>1500–2000 i. e./dan</b>                                                                                                                        | vso nosečnost                             |
| <b>OTROCI</b><br>0–1 leta<br>1–18 leta                                                                                                                                                                                                                     | <b>400–1000 i. e./dan</b><br><b>600–1000 i. e./dan</b>                                                                                            |                                           |
| ZDRAVLJENJE                                                                                                                                                                                                                                                | ODMERJANJE                                                                                                                                        |                                           |
| bolniki s potrjeno okužbo s SARS-CoV-2 (asimptomatski ali z blagim potekom bolezni)                                                                                                                                                                        | <b>14.000 i. e./dan 4 dni zapored,</b><br>če prej niso jemali (dovolj) vitamina D,<br><b>nato 2000 i. e./dan ali</b><br><b>14.000 i. e./teden</b> |                                           |

i. e. – mednarodne enote, 1000 i. e. = 25 µg holkalciferola (vitamina D<sub>3</sub>)

## VITAMIN D3 Krka ZAGOTOVITE SI SONCE. PREPROSTO.

**Edini vitamin D<sub>3</sub>  
kot zdravilo  
brez recepta.**



[www.vitamind3krka.si](http://www.vitamind3krka.si)

1. Ihan A, Pfeifer M, Pravst I, Siuka D. Priporočila za nadomeščanje holkalciferola (vitamina D<sub>3</sub>) v obdobjih respiratornih okužb in za nadomeščanje holkalciferola pri posameznikih s COVID-19. Dostopno prek <https://endodiab.si/2020/11/02/priporocila-za-nadomesanje-vitamina-d3/> (9. 11. 2020).



# Lajšanje simptomov in znakov covid-19 in drugih akutnih okužb dihal

boleče in  
vneto grlo



glavobol,  
vročina



bolečine  
v mišicah  
in sklepih



zamašen  
nos



suh, dražeč  
kašelj



produktivni  
kašelj



Krka, d. d., Novo mesto  
Šmarješka cesta 6  
8501 Novo mesto, Slovenija  
[www.krka.si](http://www.krka.si)

