



Οι

πάσχοντες από άσθμα δυσκολεύονται να αναπνεύσουν όταν οι αεραγωγοί τους παρουσιάζουν φλεγμονή ,διόγκωση ή στένωση. ...

Οι περισσότεροι αντιμετωπίζουν τα παραπάνω προβλήματα με θεραπεία στεροειδών, όμως τα φάρμακα αυτά δεν δρουν κατάλληλα για όλους.

Ομάδα επιστημών από το King's College αναφέρει ότι τα μικρά επίπεδα σε **βιταμίνη D ή αλλιώς βιταμίνη του ήλιου**, η οποία παράγεται από τον οργανισμό κατά την έκθεση του δέρματος στο φως του ήλιου, συνδέθηκε με μια επιδείνωση των συμπτωμάτων.

Πρόσφατες έρευνες δείχνουν ότι η βιταμίνη ηρεμεί ένα υπερδραστήριο μηχανισμό του ανοσοποιητικού συστήματος, αμβλύνοντας τα συμπτώματα του άσθματος.
[\(περισσότερα...\)](#)