

Sinkki tuhoaa viruksia

Moniin maailmalla leviäviin virustauteihin on lääkkeitä ja rokotteita. Wuhanin tauti ^[1] on myös koronavirustauti.

Sinkki on ihmiselle tarpeellinen hivenaine. Muiden hyödyllisten ominaisuuksien lisäksi sinkin tiedetään toimivan suoraan joitain viruksia vastaan. ^[2] Sinkin puutosta on tavallisesti vanhuksilla ja kroonisesti sairailta. On havaittu että milloin Wuhanin tautiin sairastuneilla potilailla veren seerumissa sinkkipitoisuus on ollut alle 50 µg/dl, tämä on korreloinut taudin vakavuuden, keston ja kuolleisuuden kanssa. Todennäköisyys tautiin kuolemiseen on yli kaksinkertainen, jos verrataan niihin potilaisiin, joilla sinkin puutosta ei ole. Sinkin puutos on lisännyt potilaiden tarvitseman sairaalahoidon kestoja. Puutos lisää alttiutta keuhkokuumeelle ja muille tartuntataudeille. ^[3]

Normaali sinkin pitoisuus veressä on noin 65–118 µg/dl. ^[4] Puutos voidaan hoitaa helposti ravintolisällä purkista tai monipuolisella ja terveellisellä ruokavaliolla, jota aina varmasti suositellaan.

Korrelaatiotutkimukset eivät varmista sinkin tehoa Wuhanin taudin hoidossa ja torjunnassa, mutta silti joitain sivistyneitä arvauksia voidaan tehdä, kuten että tärkeiden hivenaineiden puutostiloja kannattaa joka tapauksessa vältellä ja ehkäistä.

Riittävän sinkin tason ylläpito elimistössä on hyväksi, ja siitä voi olla apua Wuhanin taudin epidemian tukahduttamisessa. Lisäksi sinkki on melkein ilmaista, ainakin lääkehoitoon verrattuna.

Lähteet ja viitteet:

1. Wuhanin taudin nimi tulee maakunnasta jossa se havaittiin ensimmäisen kerran. Tauti tunnetaan myös nimillä COVID-19 ja SARS-CoV-2.
2. Vogel-González et al: Low zinc levels at clinical admission associates with poor outcomes in COVID-19. 2020-10-11. DOI: [10.1101/2020.10.07.20208645](https://doi.org/10.1101/2020.10.07.20208645)
3. Jothimani et al: COVID-19: Poor outcomes in patients with zinc deficiency. *International Journal of Infectious Diseases*. 2020-07-22. DOI: [10.1016/j.ijid.2020.09.014](https://doi.org/10.1016/j.ijid.2020.09.014)
4. Colledge, Walker, Ralston: *Davidson's Principles & Practice of Medicine*. 22nd edition. Elsevier, 2014. ISBN 978-0-7020-5035-0. p. 1310.