

# "Suppletie met zink vermindert sterfte en hersteltijd bij Covid"

Onderzoekers tonen aan dat suppletie met deze stof de prognose verbetert van patiënten die besmet zijn met het virus

29 mrt 2021. 20.40H LEES VERDER IN 4 MINUTEN DOOR CRISTIAN GALLEGOS

In de wetenschappelijke wereld wordt nog steeds gedebatteerd over de voordelen van vitamine D en zink voor de behandeling van Covidpatiënten. Wat deze laatste stof betreft, blijkt uit recent onderzoek van het Hospital del Mar in Barcelona, het Instituut voor medisch onderzoek van het Hospital del Mar (Imim) en de leerstoel van de Stichting Quaes-Pompeu Fabra-universiteit (UPF), dat het zinkgehalte in het bloed een belangrijke rol speelt bij de prognose van een met het coronavirus besmette patiënt.

In deze context werd de lezing "Science in the open: zinc and Covid-19, what do we know so far?" gegeven door deskundigen Rubén Vicente en Robert Güerri, die in een webinar-format uitleg gaven over dit onderzoek en de voordelen die lage-dosis zinksuppletie kan opleveren als behandelingsstrategie tegen Covid-19. In de openingszitting legde Rubén Vicente, hoofdonderzoeker van de groep Biofysica van het Immuunsysteem in het Laboratorium voor Moleculaire Fysiologie van de Universiteit van Pompeu Fabra, het belang uit van zink als stof en als de structurele as van ons lichaam. Zij wees ook op de aanwezigheid van de stof in voedingsmiddelen zoals zeevruchten en rood vlees en legde de ziekten uit die door een zinktekort kunnen worden veroorzaakt. "Dertig procent van de wereldbevolking heeft een tekort aan zink. De hoge incidentie wordt aangetroffen in landen met een arm dieet op basis van granen en deze kunnen onder meer huidproblemen, slechte littekens, alopecia, terugkerende infecties, korte gestalte, seksuele onvolwassenheid en misvormingen bij de foetus veroorzaken", aldus Vicente. In dit verband verklaarde de specialist dat de "ideale" behandeling voor deze tekorten bestaat uit zinksuppletie met dagelijkse doses van 20-50 mg gedurende een beperkte tijd om zinkvergiftiging te "voorkomen".

## Zink en het immuunsysteem

De onderzoeker zegt dat zink een fundamentele rol speelt in de aangeboren en de adaptieve immuniteit van het lichaam. "Een tekort aan zink vermindert de activatie van lymfocyten en bevordert ontstekingen". "Een tekort aan zink leidt tot een overdreven reactie en verhoogt het vrijkomen van cytokinen en ontstekingen. Het is een vreemde lus omdat ontsteking de circulerende zinkniveaus verlaagt, dit is een positieve terugkoppeling die in sommige gevallen schadelijk kan zijn voor het individu zoals we zien in gevallen van Covid," zei Vicente. Bij het leggen van een verband met de rol van zink bij de behandeling van patiënten met het coronavirus, wees de onderzoeker erop dat deze stof het proces van de virusreproductie kan stoppen. "Zink heeft een antiviraal effect op bepaalde virussen en hun reproductie, waaronder de SARS-CoV2 coronavirus familie," voegde hij eraan toe. Robert Güerri, afdelingshoofd van de HIV-eenheid van de dienst Infectieziekten, coördinator van de conventionele ziekenhuisopname en Covid in het Hospital del Mar en onderzoeker van de groep Infectieuze pathologie en Antimicrobieel onderzoek van het Instituut voor medisch onderzoek van het Hospital del Mar (IMIM), heeft de klinische bewijzen van de studie over zink en het effect ervan op patiënten die met Covid-19 zijn opgenomen, toegelicht. "De studie werd uitgevoerd tussen maart en juni. Uit de resultaten bleek dat hoe hoger het zinkgehalte, hoe lager het ontstekingsniveau. Terwijl een tekort aan zink leidt tot een hogere

mortaliteit, een langere tijd om klinische stabiliteit te bereiken en een langere opname op de IC," aldus de specialist. Güerri legde uit dat zink een basiselement is en dat het ook een bepalende factor is in de immuunrespons, maar dat er geen bewijs is van preventie voor infecties van de luchtwegen. "Zinksuppletie lijkt consistent te zijn en kan bijdragen aan infecties van de luchtwegen. Lage zinkgehalten worden geassocieerd met een slechtere prognose bij Covid infectie. Er is echter geen bewijs van preventie met zink voor infecties van de luchtwegen, suppletie wordt niet algemeen aanbevolen voor preventie," zei de onderzoeker.