

## *Serum Levels of Minerals and Vitamins in Women of Reproductive Age with/without COVID-19: A Case-Control Study*

Zoliekha Atarod<sup>1</sup>,  
Noushin Gordani<sup>2</sup>,  
Leila Kiani<sup>3</sup>,  
Mahmood Moosazadeh<sup>4</sup>,  
Saeid Abedian Kenari<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Associate Professor, Department of Obstetrics and Gynecology, Faculty of Medicine, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

<sup>2</sup> MSc in Counseling in Midwifery, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

<sup>3</sup> Resident in Obstetrics and Gynecology, Faculty of Medicine, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

<sup>4</sup> Associate Professor, Gastrointestinal Cancer Research Center, Non-communicable Diseases Institute, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

<sup>5</sup> Professor, Department of Immunology, Immunogenetics Research Center, Non-communicable Diseases Institute, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

(Received February 7, 2022 ; Accepted August 3, 2022)

### **Abstract**

**Background and purpose:** Vitamins and minerals play an important role in boosting the immune system, and their poor condition in the body leads to reduced resistance to infections such as COVID-19. In the present study, we aimed at examining and comparing the levels of minerals (iron, zinc, copper, and magnesium) and vitamins (B12, D) in women of reproductive age with COVID-19 and healthy women.

**Materials and methods:** This case-control study was performed in 140 women of reproductive age attending Sari Imam Khomeini Hospital and Qaemshahr Razi Hospital selected via convenience sampling in 2020-2021. The participants included 70 women with COVID-19 and 70 healthy women who were matched according to age groups. Blood sampling was done in all groups and the levels of minerals and vitamins were measured using standard kits. Data were analyzed using t-test and Chi-square.

**Results:** Most women in both groups were over 35 years of age and multiparous. Vitamin D levels in both groups were insufficient but was higher in women with COVID-19 than healthy women ( $P=0.03$ ). Vitamin B12 and copper levels in women with COVID-19 were higher than those in healthy women ( $P<0.001$ ). Magnesium levels were found to be lower in women with COVID-19 than that in healthy women ( $P<0.001$ ). Iron and zinc levels were lower in women with COVID-19 than healthy women ( $P=0.09$  and  $P=0.44$ ), respectively.

**Conclusion:** Due to the insufficient levels of vitamin D in both groups, interventions are necessary to improve this condition. Also, further studies with larger sample size and considering interfering factors are needed to accurately assess the role of vitamins and minerals in COVID-19 and other infections.

**Keywords:** minerals, vitamins, women of fertility age, COVID-19

**J Mazandaran Univ Med Sci 2022; 32 (212): 65-76 (Persian).**

**Corresponding Author: Leila Kiani**- Faculty of Medicine, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran  
(E-mail: leilakiani75@gmail.com)

# مقایسه سطح سرمی املاح و ویتامین ها در زنان سنین باروری سالم و مبتلا به COVID-19؛ یک مطالعه مورد-شاهدی

زلیخا عطار<sup>۱</sup>

نوشین گردانی<sup>۲</sup>

لیلا کیانی<sup>۳</sup>

محمود موسی زاده<sup>۴</sup>

سعید عابدیان کناری<sup>۵</sup>

## چکیده

**سابقه و هدف:** ویتامین ها و مواد معدنی نقش مهمی در پشتیبانی از سیستم ایمنی بدن دارند و وضعیت نامناسب آن ها منجر به کاهش مقاومت در برابر عفونت ها از جمله COVID-19 می شود. در مطالعه حاضر به بررسی سطح املاح (آهن، روی، مس، منیزیم) و ویتامین های (B12, D) در زنان سنین باروری مبتلا به COVID-19 و مقایسه آن با زنان سالم پرداختیم.

**مواد و روش ها:** این مطالعه مورد شاهدی که در سال ۱۳۹۹ تا ۱۴۰۰ بر روی ۱۴۰ نفر از زنان در سن باروری مراجعه کننده به دو بیمارستان امام خمینی ساری و رازی قائم شهر که به صورت در دسترس انتخاب شدند، انجام شد. ۷۰ نفر در گروه مبتلا و ۷۰ نفر در گروه سالم قرار گرفتند و دو گروه برحسب گروه سنی همسان سازی شدند. اندازه گیری متغیرها با استفاده از کیت های استاندارد صورت گرفته و نتایج آزمایشات دو گروه مقایسه شد. داده ها با آزمون T-test و کای اسکور تحلیل شد. **یافته ها:** بیشتر زنان در هر دو گروه در گروه سنی بیش تر از ۳۵ سال و مولتی پار بودند. ویتامین D در هر دو گروه در سطح ناکافی و در زنان مبتلا به کرونا بالاتر از زنان سالم بود ( $P=0/03$ )، ویتامین B12 و مس در زنان مبتلا به کرونا بیش تر ( $P<0/001$ ) و منیزیم کم تر از زنان سالم بود ( $P<0/001$ )، میزان آهن و روی در زنان مبتلا به کرونا کمتر از زنان سالم بود، اگرچه این تفاوت از نظر آماری معنی دار نبود، به ترتیب ( $P=0/09$ ) و ( $P=0/44$ ).

**استنتاج:** با توجه به ناکافی بودن سطح ویتامین D در هر دو گروه، مداخله جهت اصلاح ضروری است، همچنین نیاز است که انجام مطالعات با حجم نمونه بیش تر و بررسی عوامل مداخله گر به ارزیابی دقیق تر نقش ویتامین ها و املاح در بیماری کرونا و سایر عفونت ها پرداخته شود.

**واژه های کلیدی:** املاح، ویتامین، زنان سنین باروری، کووید-۱۹

## مقدمه

فراتر از آن گسترش یافت. در ۱۲ فوریه ۲۰۲۰، سازمان بهداشت جهانی رسماً "بیماری ناشی از این ویروس جدید را بیماری کرونا ویروس ۲۰۱۹ (COVID-19)

در دسامبر سال ۲۰۱۹، شیوع عفونت حاد تنفسی ناشی از کرونا ویروس ۲ (SARSCoV-2) در ووهان، ایالت هوبی چین رخ داد و به سرعت در سراسر چین و

E-mail: leilakiani75@gmail.com

**مؤلف مسئول:** لیلا کیانی - ساری: کیلومتر ۱۷ جاده فرح آباد، مجتمع دانشگاهی پیامبر اعظم، دانشکده پزشکی

۱. دانشیار، گروه زنان و زایمان، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

۲. کارشناس ارشد مشاوره در مامایی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

۳. دستیار زنان و زایمان، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

۴. دانشیار، مرکز تحقیقات سرطان گوارش، پژوهشکده بیماری های غیرواگیر، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

۵. استاد، گروه ایمنولوژی، مرکز تحقیقات ژنتیک ایمنی، پژوهشکده بیماری های غیرواگیر، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۱/۱۸ تاریخ ارجاع جهت اصلاحات: ۱۴۰۰/۱۲/۱۶ تاریخ تصویب: ۱۴۰۱/۵/۱۲

در مطالعات مختلف به نقش ویتامین D در محافظت از بدن در برابر عفونت‌های تنفسی اشاره شده است (۹،۸). مس نیز از مواد معدنی است که برای جلوگیری از صدمه به DNA اکسیداتیو جهت نگهداری یکپارچگی DNA ضروری است و کمبود آن با پاسخ‌های ایمنی تغییر یافته و با افزایش فراوانی عفونت‌ها همراه است. یک رژیم غذایی متعادل با ترکیبات ضد التهابی و تقویت‌کننده سیستم ایمنی بدن با ویتامین‌های ضروری (C، D و E) و مواد معدنی (روی، مس، کلسیم و غیره) مرتبط است (۱۰).

برخی افراد که در معرض خطر کمبود این مواد قرار دارند، شامل زنان در سنین باروری (به ویژه زنان باردار و شیرده)، کودکان کم سن‌تر، نوجوانان (خصوصاً دختران)، افراد مسن، چاق، مبتلا به بیماری‌های التهابی روده و یا سایر بیماری‌های مزمن التهابی و سوء جذب هستند (۵).

جوامع و گروه‌های آسیب‌پذیر که با سوء تغذیه مواجهند، استعداد بیش‌تری جهت ابتلا به بیماری‌های عفونی از جمله COVID-19 دارند، زیرا سوء تغذیه می‌تواند سیستم ایمنی بدن را تضعیف و این افراد را آسیب‌پذیرتر نماید. به همین دلیل، این یک مشکل عمده در سلامت عمومی در کشورهای کم درآمد و متوسط و عامل اصلی مرگ و میر در زنان و کودکان است (۱۱). اخیراً مطالعه‌ای در هند نشان داد که سوء تغذیه و کم‌خونی در ابتلا به COVID-19 نقش دارند. افراد بزرگسال با BMI پایین، اضافه وزن یا چاقی و کم‌خونی، بیش‌ترین آسیب‌پذیری را نسبت به این عفونت دارند (۱۲) و در معرض افزایش خطر پذیرش در بخش ICU و مرگ ناشی از آن هستند (۱۳). در مطالعه‌ای در سال ۲۰۲۰ سطح ویتامین D در بیماران مبتلا به COVID-19 و مورتالیتی ناشی از آن در کشورهای مختلف اروپایی، متفاوت بوده به طوری که افراد مسن و گروه‌های پرخطر مبتلا به این بیماری در کشورهای اسپانیا، ایتالیا و سوئیس سطح ویتامین D پایین‌تری داشتند (۸).

نامگذاری و به عنوان یک بیماری همه‌گیر جهانی اعلام کرد (۱). در حال حاضر هنوز هیچ دارویی برای کنترل و جلوگیری از این بیماری عفونی کشف نشده است، بنابراین به نظر می‌رسد پیشگیری بهترین رویکرد در کاهش شیوع آن است (۳،۲). برای مقابله با این ویروس، بدن به یک سیستم ایمنی با عملکرد مناسب نیازمند است. اگر فردی به این بیماری آلوده شود، فعالیت سیستم ایمنی بدن او برای مبارزه با ویروس و رهایی از عفونت افزایش می‌یابد (۳).

ویتامین‌ها و مواد معدنی سبب توسعه و حفظ سدهای دفاعی بدن و تولید و فعال‌سازی پروتئین‌های ضد میکروبی در مقابله با عفونت می‌گردند (۴)، آن‌ها هم‌چنین در خشتی کردن تأثیر عوامل اکسیداتیو مضر که قابلیت آسیب به سلول‌ها را دارند، موثرند. کمبود این مواد مغذی در بدن، عملکرد سیستم ایمنی را سرکوب، حساسیت به عفونت را افزایش و سبب ایجاد بیماری می‌شود (۵).

تقریباً تمام مکانیسم‌های ایمنی بدن، به بیان عناصر ریزمغذی‌ها از جمله ویتامین‌ها و مواد معدنی بستگی دارد. برخی از ویتامین‌ها نظیر A، B، C، D، K، E و C، هم‌چنین گروهی از عناصر از جمله روی، مس، سلنیوم، منیزیم، منگنز و آهن به شدت در حفظ ایمنی بدن نقش دارند و در موارد نقص این مواد، حساسیت نسبت به بیماری‌های عفونی افزایش می‌یابد. علاوه بر نقش ضد ویروسی آن‌ها، ویتامین‌هایی مانند E و C نیز به همراه مواد معدنی موجود در سلول‌ها دارای خاصیت آنتی‌اکسیدانی هستند که به سلول‌های ایمنی بدن کمک می‌کنند. با این وجود، مقادیر بالای مواد معدنی نظیر آهن می‌تواند سیستم ایمنی بدن را با افزایش استرس اکسیداتیو تهدید کند (۶).

در بین ریزمغذی‌ها، کمبود روی تقریباً حدود ۵-۵۰ درصد است که در بین کودکان، نوجوانان، زنان، گیاهخواران و مصرف‌کنندگان مشروبات الکلی بیشتر دیده می‌شود. شیوع بالای کمبود آن با افزایش حساسیت به بیماری‌ها، مشکلات روانی، موربیدیتی بالا و مرگ و میر در مادران و نوزادان همراه است و نقش مهمی در سلامت و ایمنی دارد (۷).

دامنه آزمون و فرمول مقایسه بین دو میانگین و با بهره گیری از نرم افزار G-power برابر با ۱۴۰ نفر (۷۰ نفر در هر گروه) پیش‌بینی شد.

معیارهای ورود شامل: زنان سنین ۱۵ تا ۴۵ سال، بیماران با تشخیص COVID-19 با PCR مثبت یا براساس سایر آزمایشات و Lung CT ریه طبق تشخیص متخصص عفونی، عدم مصرف املاح و ویتامین حداقل در یک ماه اخیر و معیارهای خروج شامل: ابتلا به سایر بیماری‌های ویروسی نادر و خاص (نظیر HIV)، بیماران تحت کموتراپی و مبتلا به کانسر، بیماری‌های اتوایمیون، سابقه بیماری‌های کبدی و کلیوی، بیماران مبتلا به بیماری‌های التهابی روده (کولیت اولسر، کرون و سوء جذب)، زنان باردار و شیرده بود.

محل نمونه‌گیری در دو بیمارستان امام خمینی ساری و رازی قائمشهر و نمونه‌گیری به صورت در دسترس بود. تعداد ۷۰ نفر از بیماران بستری در هر دو بیمارستان که براساس آزمایش PCR مثبت و CT اسکن ریه، تشخیص کووید-۱۹ توسط متخصص عفونی، برای آن‌ها تایید شده بود و معیارهای ورود به مطالعه را داشتند، به عنوان گروه مورد انتخاب شدند. تعداد ۷۰ نفر از افرادی که به دلایل دیگر غیر از COVID-19 به درمانگاه زنان هر دو بیمارستان مراجعه کرده و سابقه کووید-۱۹ و هیچ‌گونه علائمی به نفع کووید نداشتند و در دو هفته اخیر نیز با بیمار مبتلا به کووید تماس نداشتند، به عنوان گروه شاهد (کنترل) انتخاب شدند.

نمونه‌ها در گروه مورد براساس شدت بیماری به ۳ گروه خفیف، متوسط و شدید تقسیم می‌شدند، که این تقسیم‌بندی براساس: میزان اشباع اکسیژن، درگیری ریه در CT اسکن و تایید متخصص عفونی بود.

گروه خفیف: تب کم‌تر از ۳۸ درجه سانتی‌گراد، سرفه، ضعف و فقدان معیارهای بیماری متوسط و شدید، میزان اشباع اکسیژن بین ۹۳-۹۷ درصد و درگیری ریه ۲۵-۱۵ درصد، گروه متوسط: تب بیش‌تر از ۳۸ درجه سانتی‌گراد، تنگی نفس، میزان اشباع اکسیژن بین ۹۳-۹۰

یافته‌های بالینی نشان می‌دهد که ویتامین‌ها و مواد معدنی نقش مهمی در پشتیبانی از سیستم ایمنی بدن دارند و وضعیت نامناسب این مواد مغذی منجر به کاهش مقاومت در برابر عفونت‌ها از جمله COVID-19 و در نتیجه افزایش بار بیماری می‌شود (۱۴-۱۶). با توجه به نوظهور بودن این بیماری و مطالعات اندکی که پیرامون سطح ویتامین‌ها و مواد معدنی در گروه‌های پرخطر در معرض ابتلا به آن، از جمله زنان صورت گرفته (۵) و با در نظر گرفتن تاثیر تفاوت‌های جغرافیایی در نتایج مطالعات، در پژوهش حاضر به بررسی سطح سرمی املاح و ویتامین‌های زنان سنین باروری مبتلا به COVID-19 و مقایسه آن با زنان سالم پرداختیم.

## مواد و روش‌ها

این مطالعه مورد شاهدهی بر روی زنان در سنین باروری مراجعه‌کننده به دو بیمارستان امام خمینی شهر ساری و رازی قائمشهر انجام شد. در این مطالعه مطابق با اصول اخلاقی، اطلاعات کامل و شفاف در مورد روند تحقیق به تمامی بیماران داده شد و رضایت کتبی آگاهانه قبل از ورود به مطالعه از آن‌ها گرفته شد. هم‌چنین بیماران می‌توانستند در صورت عدم تمایل، آزادانه از مطالعه خارج شوند. به آن‌ها توضیح داده شد که اطلاعات محرمانه خواهد ماند و از این اطلاعات صرفاً برای تحقیقات استفاده خواهد شد. هزینه‌ای نیز از بیماران دریافت نشد. مطالعه پس از دریافت کد اخلاق به شماره IR.MAZUMS.IMAMHOSPITAL.REC.1399.8637 از دانشگاه علوم پزشکی مازندران از تاریخ ۱۳۹۹/۹/۲۰ لغایت ۱۴۰۰/۷/۱ انجام گردید.

با توجه به این که براساس جستجوهای به عمل آمده، مطالعه مشابهی جهت استفاده از نتایج آن در تعیین حجم نمونه یافت نشد، لذا حجم نمونه مورد نیاز جهت مقایسه سطح سرمی املاح و ویتامین‌ها بین دو گروه مورد و شاهد، با در نظر گرفتن اندازه اثر ۰/۵، سطح اطمینان ۹۵ درصد، توان آزمون ۹۰ درصد، جهت یک

درصد و درگیری ریه ۵۰-۲۵ درصد و گروه شدید: میزان اشباع اکسیژن کم تر از ۹۰ درصد، درگیری ریه ۷۵-۵۰ درصد و ظهور علائم دیگر نظیر همودینامیک ناپایدار داشتند (۱۷). گروه مورد و شاهد بر حسب گروه سنی همسان سازی شدند و در ۳ بلوک سنی ۱۵ تا ۲۵ سال، ۲۶ تا ۳۵ سال و ۳۶ تا ۴۵ سال قرار گرفتند (۱۸). اطلاعات همه نمونه‌ها در چک لیست ثبت شده و نمونه گیری از افراد بیمار و افراد سالم جهت بررسی متغیرها در شرایط ناشتایی صورت گرفته و از هر فرد ۳ تا ۵ سی سی نمونه خون محیطی در لوله آزمایش گرفته شد، سپس نمونه‌های خون در دور ۳۰۰۰ به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه سانتریفیوژ گردید، پس از آن سرم این افراد جدا شده و در یخچال در دمای ۲۰- درجه سانتی گراد تا زمان انجام آزمایش نگهداری شد. اندازه گیری متغیرها با استفاده از کیت‌های استاندارد صورت گرفت:

اندازه گیری ویتامین D به روش الایزا با استفاده از کیت ایده آل تشخیص (ساخت ایران)، اندازه گیری ویتامین B12 به روش الایزا با استفاده از کیت (Bio HIT) ساخت فنلاند، اندازه گیری سطح سرمی آهن به روش کالری متری توسط دستگاه بیوشیمی و اندازه گیری سطح سرمی روی، مس و منیزیم با استفاده از کیت استاندارد اتوآنالیزور (Prestige- 24 I ساخت ژاپن) انجام شد.

برای آنالیز داده‌ها از نرم افزار SPSS ورژن ۲۵ استفاده شد. ابتدا نرمال بودن داده‌های کمی به وسیله آزمون Kolmogorov Smirnov بررسی شد. متغیرهای کیفی بر حسب تعداد، درصد و متغیرهای کمی، میانگین، انحراف معیار توصیف شدند. جهت مقایسه میانگین متغیرهای کمی بین دو گروه از آزمون T-test و جهت مقایسه میانگین متغیرهای کیفی از آزمون کای اسکوتر استفاده شد. سطح معنی داری کم تر از ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

## یافته ها

در این مطالعه ۱۴۰ نفر، ۷۰ نفر در گروه مبتلا به کرونا و ۷۰ نفر در گروه سالم، وارد شدند.

در گروه افراد مبتلا به کرونا، ۷۵/۷ درصد دارای بیماری خفیف، ۲۲/۹ درصد بیماری متوسط و ۱/۴ درصد بیماری شدید داشتند و رابطه آماری معنی داری بین میزان املاح و ویتامین‌ها با شدت بیماری یافت نشد. تفاوت آماری معنی داری بین متغیرهای سن، پاریتی، سطح تحصیلات، شغل، منوراژی در دو گروه مشاهده نشد ( $P < 0/05$ )، اما بین دو گروه تفاوت آماری معنی داری در متغیرهای BMI و بیماری زمینه‌ای مشاهده شد، به طوری که BMI در گروه افراد سالم بیش تر از افراد مبتلا بود ( $P = 0/01$ ) و بیماری زمینه‌ای در افراد مبتلا به کرونا بیش تر از افراد سالم بود ( $P = 0/009$ ). اکثریت افراد در هر دو گروه در گروه سنی بیش تر از ۳۵ سال و مولتی پار بودند.

بیش تر افراد در گروه سالم تحصیلات دانشگاهی داشتند و در گروه افراد مبتلا دارای دیپلم بودند. همچنین اکثریت افراد در هر دو گروه خانه دار بودند.

در بین بیماری‌های زمینه‌ای، در گروه افراد مبتلا به کرونا ۷ نفر (۱۰ درصد) دیابت، ۲ نفر (۲/۹ درصد) فشارخون بالا، ۱ نفر (۱/۴ درصد) بیماری قلبی عروقی، ۱ نفر (۱/۴ درصد) تالاسمی ماژور، ۱ نفر (۱/۴ درصد) پرکاری تیروئید داشتند، اما هیچ یک از افراد گروه سالم مبتلا به این بیماری‌ها نبودند. در بین تمام افراد مطالعه فقط ۹ نفر دارای بیماری کم کاری تیروئید بودند که ۵ نفر در گروه سالم و ۴ نفر در گروه مبتلا بودند. همچنین ۴ نفر از افراد گروه مبتلا به کووید دچار منوراژی بودند اما هیچ کدام از افراد گروه سالم منوراژی نداشتند (جدول شماره ۱). نتایج نشان داد که میانگین سطح آهن و روی در زنان مبتلا به کرونا کمتر از زنان سالم بود اما این تفاوت از نظر آماری معنی دار نبود، به ترتیب ( $P = 0/09$ )، ( $P = 0/44$ ).

تفاوت میانگین میزان مس بین دو گروه از نظر آماری معنی دار بود ( $P < 0/001$ )، به طوری که در افراد گروه مبتلا به کرونا بیش تر از افراد سالم بود. تفاوت مشاهده شده در میانگین میزان منیزیم در افراد سالم و افراد مبتلا

جدول شماره ۳: مقایسه سطح سرمی املاح و ویتامین‌ها در دو گروه

سالم و مبتلا به کرونا

متغیر	گروه	
	سالم تعداد (درصد)	مبتلا به کرونا تعداد (درصد)
آهن (محدوده نرمال ۲۱۱-۶۳)		
نرمال	۳۹ (۵۴/۹)	۳۳ (۴۵/۱)
غیرنرمال	۳۱ (۴۴/۹)	۳۸ (۵۵/۱)
روی (محدوده نرمال ۱۱۴-۷۰)		
نرمال	۵۷ (۴۸/۳)	۶۱ (۵۱/۷)
غیرنرمال	۱۳ (۵۹/۱)	۹ (۴۰/۹)
مس (محدوده نرمال ۱۵۵-۸۰)		
نرمال	۵۶ (۵۳/۳)	۴۹ (۴۶/۷)
غیرنرمال	۱۴ (۴۰)	۲۱ (۶۰)
منیزیم (محدوده نرمال ۲/۶-۱/۲)		
نرمال	۷۰ (۵۰)	۷۰ (۵۰)
ویتامین B12 (محدوده نرمال ۹۵۰-۱۱۶)		
نرمال	۷۰ (۵۰)	۷۰ (۵۰)
ویتامین D		
کافی (>30)	۱۵ (۳۸/۵)	۸ (۶۱/۵)
ناکافی (<30)	۶۵ (۵۱/۲)	۶۲ (۴۸/۸)

Chi-Squar : \* ، Non assessment : \*\*

جدول شماره ۴: مقایسه سطح سرمی املاح و ویتامین‌ها در دو

گروه زنان سالم و مبتلا به کرونا بر اساس گروه سنی

متغیر	سطح سرمی	سن	گروه	
			سالم تعداد (درصد)	مبتلا به کرونا تعداد (درصد)
آهن	نرمال	<۲۵	۳ (۱۰۰)	۰
محدوده نرمال (۲۰۱-۶۳)	غیرنرمال	>۲۵	۳۴ (۴۹/۹)	۴ (۵۷/۱)
روی	نرمال	<۲۵	۱۶ (۵۱/۶)	۱۵ (۴۸/۴)
محدوده نرمال (۱۱۴-۷۰)	غیرنرمال	>۲۵	۱۰ (۴۳/۵)	۱۳ (۵۶/۵)
مس	نرمال	<۲۵	۲۰ (۵۴/۱)	۱۷ (۴۵/۹)
محدوده نرمال (۱۵۵-۸۰)	غیرنرمال	>۲۵	۱۸ (۴۶/۲)	۲۱ (۵۳/۸)
منیزیم	نرمال	<۲۵	۶ (۶۰)	۴ (۴۰)
محدوده نرمال (۲/۶-۱/۲)	غیرنرمال	>۲۵	۱۹ (۴۳/۲)	۲۶ (۵۷/۸)
ویتامین B12	نرمال	<۲۵	۷ (۷۷/۸)	۲ (۲۲/۲)
محدوده نرمال (۹۵۰-۱۱۶)	غیرنرمال	>۲۵	۳۲ (۵۰/۸)	۳۱ (۴۹/۲)
ویتامین D	نرمال	<۲۵	۶ (۴۶/۲)	۷ (۵۳/۸)
کافی (>30)	غیرنرمال	>۲۵	۶ (۳۳/۳)	۱۲ (۶۶/۷)
ناکافی (<30)	نرمال	<۲۵	۵ (۸۳/۳)	۱ (۱۶/۷)
کافی (>30)	غیرنرمال	>۲۵	۱ (۲۵)	۳ (۳۵)
ناکافی (<30)	نرمال	<۲۵	۱۹ (۴۶/۳)	۲۲ (۵۳/۷)
کافی (>30)	غیرنرمال	>۲۵	۷ (۵۳/۸)	۶ (۴۶/۲)
ناکافی (<30)	نرمال	<۲۵	۳۲ (۵۵/۲)	۲۶ (۴۴/۸)
کافی (>30)	غیرنرمال	>۲۵	۶ (۳۳/۳)	۱۲ (۶۶/۷)
ویتامین B12	نرمال	<۲۵	۶ (۶۰)	۴ (۴۰)
محدوده نرمال (۹۵۰-۱۱۶)	غیرنرمال	>۲۵	۲۶ (۴۸/۱)	۲۸ (۵۱/۹)
ویتامین D	نرمال	<۲۵	۳۸ (۵۰)	۳۸ (۵۰)
کافی (>30)	کافی (>30)	>۲۵	۲۳ (۳۳)	۴ (۶۶/۷)
ناکافی (<30)	ناکافی (<30)	>۲۵	۲۴ (۵۰)	۲۴ (۵۰)
کافی (>30)	کافی (>30)	>۲۵	۳۲ (۴۹/۹)	۴ (۵۷/۱)
ناکافی (<30)	ناکافی (<30)	>۲۵	۳۵ (۵۰/۷)	۳۴ (۴۹/۳)

Chi-Squar : \* ، Non assessment : \*\*

به کرونا از نظر آماری معنی‌دار بود ( $P < 0/001$ )، به طوری که در افراد سالم بیش‌تر از گروه مبتلا به کرونا بود. تفاوت میانگین میزان ویتامین B12 بین دو گروه از نظر آماری معنی‌دار بود ( $P < 0/001$ )، به طوری که در افراد مبتلا به کرونا بیش‌تر از افراد سالم بود. تفاوت میانگین میزان ویتامین D بین دو گروه از نظر آماری معنی‌دار بود ( $P = 0/03$ )، به طوری که در افراد گروه مبتلا به کرونا بیش‌تر از گروه سالم بود (جدول شماره ۲).

مقایسه سطح سرمی املاح و ویتامین‌ها در دو گروه سالم و مبتلا به کرونا در جدول شماره ۳ نشان داده شده است. مقایسه سطح سرمی املاح و ویتامین‌ها در دو گروه زنان سالم و مبتلا به کرونا بر اساس گروه سنی در جدول شماره ۴ نشان داده شده است.

جدول شماره ۱: مقایسه میانگین مشخصات جمعیت‌شناختی و بالینی

در دو گروه زنان سالم و مبتلا به کرونا

متغیر	گروه	
	سالم (انحراف معیار شمیائنگین)	بیمار (انحراف معیار شمیائنگین)
سن (سال)	$35/24 \pm 6/8$	$36/31 \pm 6/4$
شاخص توده بدن ( $Kg/m^2$ )	$27/41 \pm 4/26$	$25/01 \pm 4/9$
گروه‌های سنی کم‌تر از ۲۵	(۱۰/۷)	(۷/۱)۵
۲۵-۳۵	(۳۵/۷)۲۵	(۳۷/۱)۲۶
بیش‌تر از ۳۵	(۵۴/۳)۳۸	(۵۵/۷)۳۹
بارداری		
ثوئی بار	(۲۴/۳)۱۷	(۱۴/۳)۱۰
مولتی بار	(۵۷/۵)۵۳	(۸۵/۵)۶۰
سطح تحصیلات		
زیر دیپلم	(۲۲/۹)۱۶	(۲۸/۶)۲۰
دیپلم	(۳۷/۱)۲۶	(۲۸/۶)۲۴
تحصیلات دانشگاهی	(۴۰)۲۸	(۲۲/۹)۱۶
شغل		
خانه‌دار	(۸۲/۹)۵۸	(۴۲/۳)۶۶
کارمند	(۱۴/۳)۱۰	(۴/۳)۳
کارگر	(۲/۹)۲	(۱/۴)۱
بیماری زمینه‌ای		
دارد	(۷/۱)۵	(۲۲/۹)۱۶
ندارد	(۹۲/۹)۶۵	(۷۷/۱)۵۴
منورژی		
دارد	۰	(۵/۷)۴
ندارد	(۱۰۰)۷۰	(۹۴/۳)۶۶

Chi-Squar : \* ، t-test : \*\*

جدول شماره ۲: مقایسه میانگین آهن، روی، مس، منیزیم، ویتامین

B12 و D در دو گروه زنان سالم و مبتلا به کرونا

متغیرها (میکروگرم لیتر)	گروه‌ها	
	سالم (انحراف معیار شمیائنگین)	مبتلا به کرونا (انحراف معیار شمیائنگین)
آهن	$78/25 \pm 38/11$	$67/68 \pm 35/19$
روی	$104/78 \pm 17/86$	$101/77 \pm 7/98$
مس	$134/28 \pm 23/53$	$150/76 \pm 22/13$
منیزیم	$2/04 \pm 0/09$	$2/1-3/9$
ویتامین B12	$470/52 \pm 96/9$	$628 \pm 97/30$
ویتامین D	$17/12 \pm 6/3$	$19 \pm 6/86$

T-test\*

## بحث

این مطالعه به منظور تعیین سطح سرمی املاح (آهن، روی، مس، منیزیم) و ویتامین‌های (B12, D) در زنان سنین باروری مبتلا به کرونا و مقایسه آن با زنان سالم انجام شد. بر طبق یافته‌های به دست آمده در این مطالعه، میزان سرمی ویتامین D در هر دو گروه در سطح ناکافی و در گروه زنان مبتلا به کرونا بالاتر از زنان سالم بود. میزان سرمی ویتامین B12 در هر دو گروه در سطح طبیعی و در زنان مبتلا به کرونا بیش‌تر از زنان سالم بود. میزان سرمی منیزیم در هر دو گروه در سطح طبیعی و در گروه زنان مبتلا به کرونا کم‌تر از زنان سالم بود. میزان مس در هر دو گروه در سطح طبیعی و در زنان مبتلا به کرونا بیش‌تر از زنان سالم بود. هم‌چنین میزان آهن و روی سرم در زنان مبتلا به کرونا کم‌تر از زنان سالم بود، اگرچه این تفاوت از نظر آماری معنی‌دار نبود. محققین در یک مطالعه کوهورت آینده‌نگر در روسیه جهت بررسی ارتباط میزان سرمی روی، مس و دیگر بیومتالیت‌ها با شدت بیماری COVID-19 بیماران را در ۳ گروه خفیف، متوسط و شدید با گروه کنترل مورد مقایسه قرار دادند و دریافتند که افزایش شدت COVID-19 با کاهش تدریجی قابل توجهی در سطوح کلسیم، آهن، سلنیوم و روی سرم در مقایسه با گروه کنترل همراه بود، در حالی که نسبت مس سرم و به‌ویژه مس به روی افزایش یافته بود، اما تفاوت معنی‌داری در سطح سرمی منیزیم مشاهده نشد. در مجموع، یافته‌های آن‌ها نشان داد که متابولیسم فلزات به‌طور قابل توجهی با پاتوژنز COVID-19 تداخل می‌کند (۱۷). این نتایج اگرچه مشابه نتایج مطالعه حاضر بود، اما در مطالعه فوق‌گروه هدف شامل مردان و زنان مسن بودند، در حالی که در مطالعه حاضر، زنان سنین باروری مورد بررسی قرار گرفتند و بیش‌تر افراد در گروه مبتلا به کرونا دچار بیماری خفیف بودند و بین میزان املاح و ویتامین‌ها با شدت بیماری رابطه‌ای مشاهده نشد. در مطالعه دیگری که در سال ۲۰۲۲ منتشر شد، پژوهشگران دریافتند که سطح روی و ویتامین D و B12

در موارد مرگ ناشی از COVID-19 در مقایسه با موارد زنده مانده پایین‌تر بود، اما این مواد تأثیری بر طول مدت بستری در بیمارستان نداشتند (۱۹). لازم به ذکر است که در مطالعه فوق به اندازه‌گیری و مقایسه این مواد در زنان و مردان مبتلا به کرونای زنده مانده و مرگ ناشی از آن پرداخته بودند که از این نظر با مطالعه حاضر متفاوت می‌باشد.

یکی دیگر از نتایج مطالعه حاضر، ناکافی بودن میانگین سطح سرمی ویتامین D در هر دو گروه زنان مبتلا به کرونا و سالم بود و میزان آن در گروه زنان مبتلا به کرونا بالاتر از زنان سالم بود. در مطالعه‌ای در سال ۲۰۲۱ در ایران، دریافتند که افراد مبتلا به کرونا، سطح سرمی ویتامین D کم‌تری نسبت به افراد سالم داشتند (۲۰). هم‌چنین محققینی در امریکا با مقایسه ۳۲ کشور با شیوع بالای کمبود ویتامین D در میان زنان مسن دریافتند که میزان مرگ و میر تأیید شده ناشی از COVID-19 دو برابر بیش‌تر از کشورهای با شیوع پایین آن است (۲۱). اسپانیا و ایتالیا شیوع بالایی از کمبود ویتامین D دارند که با سایر عوامل سلامتی مهم از جمله فشارخون، دیابت، چاقی و قومیت مرتبط است و به نظر می‌رسد با افزایش خطر ابتلا به عفونت شدید COVID-19 ارتباط داشته باشد. وابستگی عرض جغرافیایی با میزان مرگ و میر ناشی از عفونت COVID-19 نشان می‌دهد که یک رابطه احتمالی با کمبود ویتامین D وجود دارد. کشورهای در عرض جغرافیایی پایین (مانند اندونزی و فیلیپین) که تاکنون میزان بالایی از مرگ و میر ناشی از COVID-19 را گزارش کرده‌اند، دارای شیوع زیاد کمبود ویتامین D هستند (۴). مطالعات زیادی نشان داده‌اند که استفاده از مکمل ویتامین D سبب بهبود بالینی و میزان بقای بیش‌تر در بیماران مبتلا به کرونا گردیده است (۲۲-۲۴). هم‌چنین فاکتورهای محیطی زیادی نظیر تفاوت‌های فصلی در معرض خورشید بودن، عرض جغرافیایی، آلودگی هوا و عوامل دیگر نظیر چاقی، تیرگی پوست و سیگار کشیدن در بررسی‌های انجام شده دخیل هستند (۲۴). توجه به داده‌های اپیدمیولوژیک و نتایج مطالعات مختلف، از

یک فرضیه بیولوژیکی قابل قبول قوی، از نقش ویتامین D در کاهش خطر Covid-19 حمایت می‌کند (۲۲). تفاوت مشاهده شده در نتایج مطالعه حاضر با مطالعات فوق می‌تواند ناشی از عوامل مختلفی از جمله عرض جغرافیایی، وجود یا عدم وجود بیماری‌های زمینه‌ای، سن و جنسیت نمونه‌ها باشد.

در مطالعه حاضر، میانگین سطح سرمی ویتامین B12 در هر دو گروه زنان سالم و مبتلا به کرونا طبیعی بوده و در گروه زنان سالم کم‌تر از گروه مبتلا بود. ویتامین B12 به عنوان تعدیل‌کننده میکروبی روده عمل می‌کند و سطوح پایین آن باعث افزایش متیل مالونیک اسید و هموسیستین می‌شود که منجر به افزایش التهاب، گونه‌های فعال اکسیژن و استرس اکسیداتیو می‌شود. هیپرهموسیستینمی باعث اختلال عملکرد اندوتلیال، فعال شدن آبشار پلاکتی و انعقادی، کم‌خونی مگالوبلاستیک، اختلال در یکپارچگی غلاف میلین و کاهش پاسخ‌های ایمنی می‌شود. بنابراین کمبود ویتامین B12 می‌تواند منجر به اختلالات تنفسی، دستگاه گوارش و سیستم عصبی مرکزی شود. SARS-CoV-2 می‌تواند با متابولیسم ویتامین B12 تداخل و تکثیر میکروبی روده را مختل کند، بنابراین قابل قبول است که علائم کمبود ویتامین B12 نزدیک به عفونت COVID-19 است، مانند افزایش استرس اکسیداتیو و لاکتات دهیدروژناز، هیپرهموسیستینمی، فعال شدن آبشار انعقادی، انقباض عروق و واسکولوپاتی کلیوی و ریوی. یک مطالعه بالینی کوهورت در سنگاپور نشان داد که شدت علائم COVID-19 در بیماران مسنی که ترکیبی از مکمل‌های ویتامین B12 (۵۰۰ میکروگرم)، ویتامین D3 (۱۰۰۰ واحد) و منیزیم (۱۵۰ میلی‌گرم) را دریافت کردند، کاهش یافته و مکمل‌ها به‌طور قابل توجهی نیاز به اکسیژن و مراقبت‌های ویژه را در این افراد کاهش دادند (۲۵). همچنین مطالعه دیگری اخیراً نشان داد که مکمل‌های متیل کوبالامین (B12)، پتانسیل کاهش آسیب اندام و علائم مرتبط با COVID-19 را دارند (۲۶).

در مطالعه حاضر میزان سرمی منیزیم در هر دو گروه در سطح طبیعی و در گروه زنان مبتلا به کرونا کم‌تر از زنان سالم بود. پژوهشگران اخیراً با بررسی زنان باردار مبتلا به کرونا در ترکیه دریافتند که در سه ماهه اول و سوم بارداری، سطح روی سرم کم‌تر و سطح مس و منیزیم بالاتر بود اما در سه ماهه دوم بارداری، سطح سرمی روی و مس کم‌تر بود (۲۷). تفاوت نتایج این مطالعه با مطالعه حاضر می‌تواند مربوط به گروه هدف باشد که در مطالعه حاضر زنان سنین باروری و در مطالعه فوق زنان باردار بودند.

یکی دیگر از یافته‌های مطالعه حاضر طبیعی بودن میزان سرمی مس در هر دو گروه بود و در زنان مبتلا به کرونا بالاتر از زنان سالم بود. در یک مطالعه در سال ۲۰۲۱ در آلمان، بیماران مبتلا به کرونای زنده مانده میانگین غلظت مس سرم بالاتری را در مقایسه با افراد غیر زنده نشان دادند (۲۸). پژوهشگران در هند نیز با استفاده از مکمل مس شاهد کاهش مرگ و میر در بیماران مبتلا به کرونای شدید بودند (۲۹). مس یک ریز مغذی ضروری برای هر دو پاتوژن و میزبان در طول عفونت ویروسی است و در عملکرد سلول‌های ایمنی حیاتی مانند سلول‌های T helper، سلول‌های B، سلول‌های کشنده طبیعی نوتروفیل‌ها و ماکروفاژها نقش دارد. این سلول‌های خونی نیز در کشتن میکروب‌های عفونی، ایمنی سلولی و تولید آنتی‌بادی‌های خاص علیه پاتوژن‌ها نقش دارند. افراد دارای کمبود مس به دلیل کاهش تعداد و عملکرد این سلول‌های خونی، مستعد ابتلا به عفونت‌ها هستند. علاوه بر این، مس ظرفیت قوی کشتن تماسی چندین ویروس از جمله SARS-CoV-2 را دارد. بنابراین، مس به دلیل فعالیت‌های ضد ویروسی قوی خود، ممکن است به عنوان یک رژیم پیشگیرانه و درمانی در برابر COVID-19 نیز عمل کند (۳۰).

ثابت شده است که سیستم جذب آهن در پنومونی اکتسابی بیمارستانی و عفونت‌های مزمن ریه نقش دارد (۳۱). کمبود آهن سیستم ایمنی را مختل کرده و می‌تواند یک



مکمل روی افزایش می‌یابد و تکثیر لنفوسیت‌های T با مصرف مناسب روی در رژیم غذایی حفظ می‌شود (۳). کمبود مواد مغذی در همه مراحل زندگی منجر به اختلال در سیستم ایمنی بدن و افزایش حساسیت به عفونت‌ها می‌شود (۳۵). از طرفی پاسخ ایمنی به عفونت، خود عاملی برای اختلال در وضعیت تغذیه می‌باشد. برای عملکرد مناسب سیستم ایمنی، دریافت کافی ویتامین‌ها و املاح از رژیم غذایی لازم است. بنابراین رعایت یک رژیم غذایی مناسب برای پیشگیری از ابتلا به COVID-19 توصیه می‌شود. همچنین ضروری است وضعیت تغذیه‌ای بیماران مبتلا به کرونا بررسی و بر حسب نیاز و بر طبق نتایج آزمایش‌ها مکمل مناسب در نظر گرفته شود (۳۶). زیرا مصرف کافی ویتامین و املاح برای عملکرد صحیح بدن و تقویت سیستم ایمنی ضروری است (۲۷).

از جمله محدودیت‌های این مطالعه، عدم بررسی سایر ویتامین‌ها و املاح به علت بار مالی زیاد آزمایشات بود که به ناچار فقط آهن، روی، مس، منیزیم و ویتامین‌های D و B12 مورد بررسی قرار گرفتند. با توجه به نوظهور بودن این بیماری و عدم بررسی سطح همه املاح و ویتامین‌ها در دو جنس در گروه‌های سنی مختلف، نتایج این مطالعه قابل تعمیم به کل جامعه نمی‌باشد. در راستای این مطالعه پیشنهاد می‌شود، میزان سایر املاح و ویتامین‌های بدن در بیماران مبتلا به کرونا یا سایر بیماری‌های عفونی بررسی و میزان املاح و ویتامین‌ها با میزان مرگ و میر کرونا، مورد ارزیابی قرار گیرد. مطالعات دیگری جهت ارزیابی ویتامین‌ها و املاح در بیماران مبتلا به کرونا و ارتباط آن‌ها با شدت بیماری و نقش مکمل‌ها در هر دو جنس (زنان و مردان) انجام شود. هم‌چنین تحقیقات دیگری جهت ارزیابی املاح و ویتامین‌ها در زنان باردار مبتلا به کرونا و ارتباط آن‌ها با شدت بیماری انجام شود.

## سپاسگزاری

لازم به ذکر است که این مقاله از پایان‌نامه دکترای تخصصی بالینی زنان و زایمان استخراج شده است و

عامل خطر در ایجاد عفونت‌های مکرر تنفسی باشد. از طرفی مقادیر اضافی آهن خود عاملی در افزایش استرس اکسیداتیو و تشدید اثرات ویروس است (۳۲). در مطالعه حاضر میزان آهن و روی سرم در زنان مبتلا به کرونا کم‌تر از زنان سالم بود، اما این تفاوت از نظر آماری معنی‌دار نبود. محققین چینی نیز در سال ۲۰۲۰ کمبود آهن سرم را در بیماران مبتلا به کرونا مشاهده کردند و دریافتند که شدت و مرگ و میر این بیماری با سطح آهن سرم ارتباط نزدیک داشت، بنابراین آن‌ها غلظت پایین آهن سرم را یک عامل خطر مستقل برای مرگ در بیماران مبتلا به کرونا در نظر گرفتند (۳۱). نتایج یک مطالعه مشاهده‌ای کوهورت آینده‌نگر در اتریش نیز نشان داد که در بین افراد مبتلا به COVID-19 خفیف تا شدید، که تحت درمان بیمارستانی قرار گرفته بودند. ۶۰ روز پس از شروع بیماری، ۳۰ درصد از افراد همچنان کمبود آهن و ۹ درصد آهنی داشتند و تغییرات مداوم هموستاز آهن در COVID-19 با پاتولوژی‌های شدید ریوی و عملکرد ضعیف بیماران مرتبط بود (۳۳). بنابراین این فرضیه می‌تواند مطرح شود که پایین بودن سطح آهن می‌تواند به عنوان یک عامل تاثیرگذار بر عفونت باشد.

در مطالعه حاضر میزان روی سرم در گروه زنان مبتلا به کرونا کمتر از زنان سالم بود، اگرچه این تفاوت از نظر آماری معنی‌دار نبود. آنالیز یک مطالعه در سال ۲۰۲۰ نیز یک ارتباط منفی بین شیوع کمبود روی در کشورهای اروپایی و تأثیر COVID-19 از نظر موارد ابتلا و مرگ و میر در هر میلیون جمعیت را شناسایی کرد (۷). روی آنتی‌اکسیدانی قوی و کوفاکتور بسیاری از آنزیم‌ها است که کمبود آن منجر به افزایش آسیب‌های اکسیداتیو در اندام‌های مختلف بدن می‌شود. بنابراین میزان کافی روی در بدن از افزایش رادیکال‌های آزاد و التهاب پیشگیری می‌کند (۳۴). کمبود روی می‌تواند باعث از بین رفتن سلول‌های T helper در سیستم ایمنی و همچنین مسئول آتروفی تیموس و طحال است. روی باعث افزایش پاسخ IgG و IgM می‌شود. ایمنی سلولی نیز با مصرف

همکاری و زنان محترمی که در این مطالعه شرکت داشتند، صمیمانه تشکر و قدردانی نمایند.

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از معاونت محترم پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی مازندران بابت حمایت و

## References

- Zu ZY, Jiang MD, Xu PP, Chen W, Ni QQ, Lu GM, et al. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): a perspective from China. *Radiology* 2020; 296(2): E15-E25.
- Esam Z. Protective potential of expectorants against COVID-19. *Med Hypotheses* 2020; 142: 109844.
- Chowdhury AI. Role and Effects of Micronutrients Supplementation in Immune System and SARS-Cov-2 (COVID-19). *Asian J Immunol* 2020; 4(2): 47-55.
- Abdulah DM, Hassan AB. Relation of Dietary Factors with Infection and Mortality Rates of COVID-19 Across the World. *J Nutrit Health Aging* 2020; 24(9): 1011-1018.
- McAuliffe S, Ray S, Fallon E, Bradfield J, Eden T, Kohlmeier M. Dietary micronutrients in the wake of COVID-19: an appraisal of evidence with a focus on high-risk groups and preventative healthcare. *BMJ Nutr Prev Health* 2020; 3(1): 93-99.
- Farag HA, Baqi HR, Hussein YT, Shareef OH, Qadir SA, El Afifi A, et al. The Role of Nutrients in Supporting The Immune System Against Viral Infection; Newly Emerged Coronavirus (COVID-19): A Narrative Review. *Kurdistan J App Res* 2020; 84-96.
- Singh S, Singh RK. Assessing the Role of Zinc in COVID-19 Infections and Mortality: Is Zinc Deficiency a Risk Factor for COVID-19? *Med Rxiv* 2020.
- Ilie PC, Stefanescu S, Smith L. The role of vitamin D in the prevention of coronavirus disease 2019 infection and mortality. *Aging Clin Exp Res* 2020; 32(7): 1195-1198.
- Martineau AR, Jolliffe DA, Hooper RL, Greenberg L, Aloia JF, Bergman P, et al. Vitamin D supplementation to prevent acute respiratory tract infections: systematic review and meta-analysis of individual participant data. *BMJ* 2017; 356: i6583.
- Zabetakis I, Lordan R, Norton C, Tsoupras A. COVID-19: the inflammation link and the role of nutrition in potential mitigation. *Nutrients* 2020; 12(5): 1466.
- Panthi B, Khanal P, Dahal M, Maharjan S, Nepal S. An urgent call to address the nutritional status of women and children in Nepal during COVID-19 crises. *Int J Equity Health* 2020; 19(1): 87.
- Das A, Das M. Impact of nutritional status and anemia on COVID-19: Is it a public health concern? Evidence from National Family Health Survey-4 (2015–2016), India. *Public Health* 2020; 185: 93-94.
- Handu D, Moloney L, Rozga M, Cheng FW. Malnutrition Care During the COVID-19 Pandemic: Considerations for Registered Dietitian Nutritionists. *J Acad Nutr Diet* 2020; 121(5): 979-987.
- Calder PC, Carr AC, Gombart AF, Eggersdorfer M. Optimal nutritional status for a well-functioning immune system is an important factor to protect against viral infections. *Nutrients* 2020; 12(4): 1181.
- Aman F, Masood S. How Nutrition can help to fight against COVID-19 Pandemic. *Pak J Med Sci* 2020; 36(COVID19-S4): s121-s123.
- Sharma L. Dietary management to build adaptive immunity against COVID-19. *J Peer Sci* 2020; 2(2): e1000016.

17. Skalny AV, Timashev PS, Aschner M, Aaseth J, Chernova LN, Belyaev VE, et al. Serum Zinc, Copper, and Other Biometals Are Associated with COVID-19 Severity Markers. *Metab* 2021; 11(4): 244.
18. Ellington S, Strid P, Tong VT, Woodworth K, Galang RR, Zambrano LD, et al. Characteristics of women of reproductive age with laboratory-confirmed SARS-CoV-2 infection by pregnancy status—United States, January 22–June 7, 2020. *Morb Mortal Wkly Rep* 2020; 69(25): 769-775.
19. Shakeri H, Azimian A, Ghasemzadeh-Moghaddam H, Safdari M, Haresabadi M, Daneshmand T, et al. Evaluation of the relationship between serum levels of zinc, vitamin B12, vitamin D, and clinical outcomes in patients with COVID-19. *J Med Virol* 2022; 94(1): 141-146.
20. Azadeh H, Hedayatizadeh-Omran A, Saeedi M, Vahedi-Larijani L, Mehravaran H, Heydari K. Serum vitamin D concentrations in CoVID19 patients. *J Mazandaran Uni Med Sci* 2021; 31(195): 30-36 (Persian).
21. Ilie PC, Stefanescu S, Smith L. The role of vitamin D in the prevention of coronavirus disease 2019 infection and mortality. *Aging Clin Exp Res* 2020; 32(7): 1195-1198.
22. Annweiler C, Hanotte B, de l'Épervier CG, Sabatier J-M, Lafaie L, Célarier T. Vitamin D and survival in COVID-19 patients: a quasi-experimental study. *J Stero Biochem Mol Biol* 2020; 204: 105771.
23. Lanham-New SA, Webb AR, Cashman KD, Buttriss JL, Fallowfield JL, Masud T, et al. Vitamin D and SARS-CoV-2 virus/COVID-19 disease. *BMJ Nutr Prev Heath* 2020; 3(1): 106-110.
24. Laird E, Rhodes J, Kenny RA. Vitamin D and inflammation: potential implications for severity of COVID-19. *Ir Med J* 2020; 113(5): 81.
25. Tan CW, Ho LP, Kalimuddin S, Cherng BPZ, Teh YE, Thien SY, et al. Cohort study to evaluate the effect of combination Vitamin D, Magnesium and Vitamin B12 (DMB) on progression to severe outcome in older COVID-19 patients. *Nutrition* 2020; 79-80: 111017.
26. dos Santos LMJ. Can vitamin B12 be an adjuvant to COVID-19 treatment? *GSC Biol Pharma Sci* 2020; 11(3): 001-005.
27. Anuk AT, Polat N, Akdas S, Erol SA, Tanacan A, Biriken D, et al. The relation between trace element status (zinc, copper, magnesium) and clinical outcomes in COVID-19 infection during pregnancy. *Biol Trace Elem Res* 2021; 199(10): 3608-3617.
28. Hackler J, Heller RA, Sun Q, Schwarzer M, Diegmann J, Bachmann M, et al. Relation of Serum Copper Status to Survival in COVID-19. *Nutrients* 2021; 13(6): 1898.
29. Mittra I, de Souza R, Bhadade R, Madke T, Shankpal P, Joshi M, et al. Resveratrol and Copper for treatment of severe COVID-19: an observational study (RESCU 002). *medRxiv* 2020.
30. Raha S, Mallick R, Basak S, Duttaroy AK. Is copper beneficial for COVID-19 patients? *Med Hyptheses* 2020; 142: 109814.
31. Zhao K, Huang J, Dai D, Feng Y, Liu L, Nie S. Serum Iron Level as a Potential Predictor of Coronavirus Disease 2019 Severity and Mortality: A Retrospective Study. *Open Forum Infec Dis* 2020; 7(7).
32. Iddir M, Brito A, Dingo G, Fernandez Del Campo SS, Samouda H, La Frano MR, et al. Strengthening the Immune System and Reducing Inflammation and Oxidative Stress through Diet and Nutrition: Considerations during the COVID-19 Crisis. *Nutrients* 2020; 12(6): 1562.

33. Sonnweber T, Boehm A, Sahanic S, Pizzini A, Aichner M, Sonnweber B, et al. Persisting alterations of iron homeostasis in COVID-19 are associated with non-resolving lung pathologies and poor patients' performance: a prospective observational cohort study. *Resp Res* 2020; 21(1): 276.
34. Taghdir M, Sepandi M, Abbaszadeh S, Parastouei K. A review on some Nutrition-Based Interventions in Covid-19. *J Mil Med* 2020; 22(2): 169-176 (Persian).
35. Hoang BX, Hoang HQ, Han B. Zinc Iodide in combination with Dimethyl Sulfoxide for treatment of SARS-CoV-2 and other viral infections. *Med Hyptheses* 2020; 143: 109866.
36. Tian Z, Wang Y, Zheng J. Assessment of exposure to toxic metals and measures to address deficiency of essential trace elements in young children in rural Hubei, China. *Environ Sci Pollut Res Int* 2020; 27(17): 21581-21589.