

# Витаминдер жэне олардын маңызЫ

[www.almaty.tv](http://www.almaty.tv)



Күліп  
оян,  
Алматы!

Витаминдердің (вита — латин сөзі, бізше — өмір, тіршілік деген мағынада) тіршілік үшін маңызы зор. Егер тамақта витаминдер болмаса не олар аз болса, ағзаларға керекті өзекті заттардың (белок, май, углевод және т. б.) уытталып бойға сіңуі нашарлайды, соның салдарынан организмнің қызметі бұзылады. Витамин жайында жұмыс тәжірибесін қорыта келіп академик А. П. Бах: «био-химия мен физиологияның витамин жөніндегі іліммен ұштаспайтын бөлімдерін табу өте қиын. Дұрысында организмдегі қоректік заттар алмасуы, сезгіштік ағзалар қызметінің дұрыс істелуі, нервтік жүйке жұмыстары, уыттау процесі, дененің өсуі және оның ұрпақ өндіру қызметі және тағы басқалары витаминдермен тығыз байланысты» дейді.

## ВИТАМИНДЕР (ДӘРУМЕНДЕР) — ДЕНСАУЛЫҚ ТІРЕГІ



Витаминнің өмір арқауы екенін алғашқыда орыс ғалымы Н. И. Лунин білген көрінеді. Ол 1880 жылы хайуанаттарға ғылыми тәжірибе жасап көреді. Тек 1905—1912 жылдары ғана шетел ғалымдары Лу-нинның ашқан жаңалығын сөзсіз мойындады. Алдымен поляк ғалымы Казимир Функ лабораториялар мен әдебиетте жинақталған нақты материалдарды талдап, оған өз клиникасында тапқанын қосты. Сөйтіп әлгіндей затқа «витамин» деп ат қойыпты. Әзірге әбден сыналған, тіршілік үшін маңызы күшті аз ғана: А, Д, Е, К, С, РР, В1, В2, В12 сияқты витаминдер бар.



# Дәрумендер

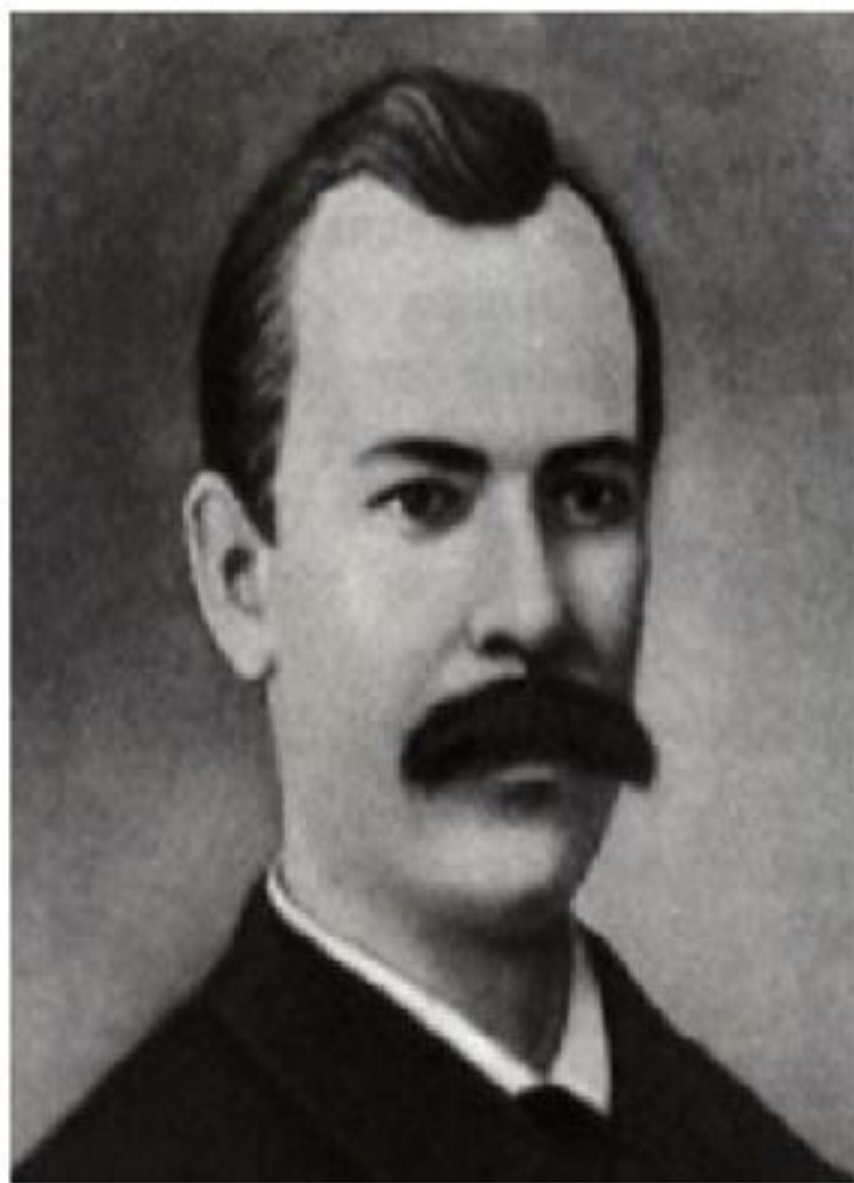
- «А» - АЦЕТАТ РЕТИНОЛЫ;
- «В» ТОПТЫҢ ВИТАМИНДАРЫ;
- «С» - Аскорбинді ащылық;
- «D» - кальциферолы;
- «E» - токоферол;
- «P» - биофлавоноидтер;
- «H1» - Парааминобензолық ащылық»
- «K» - Менадион;
- «L» - Карнитин;
- «N» – тиокт ащылық

# Дәрумендер





К.  
Функ



Н.И. Лунин

Тек 1905—1912 жылдары ғана шетел ғалымдары Лу-нинның ашқан жаңалығын сөзсіз мойындады. Алдымен поляк ғалымы Казимир Функ лабораториялар мен әдебиетте жинақталған нақты материалдарды талдап, оған өз клиникасында тапқанын қосты. Витаминнің өмір арқауы екенін алғашқыда орыс ғалымы Н. И. Лунин білген көрінеді.



К.  
Функ



Н.И. Лунин