

# ГИПОВИТАМИНОЗ

Гиповитаминоз – болезненное состояние, возникающее из-за витаминной недостаточности.

Причины появления гиповитаминоза:

- однообразное и неполноценное питание;
- ограниченное питание в период религиозных постов;
- повышенная потребность в витаминах в период беременности и кормления, роста организма и т.п.;
- различные заболевания, разрушающие всасывание или усвоение витаминов.

## Проявления гиповитаминозов:

- лёгкое недомогание;
- быстрая утомляемость;
- снижение работоспособности;
- повышенная раздражимость;
- снижение сопротивляемости организма к инфекциям.

# Виды ГИПОВИТАМИНОЗОВ

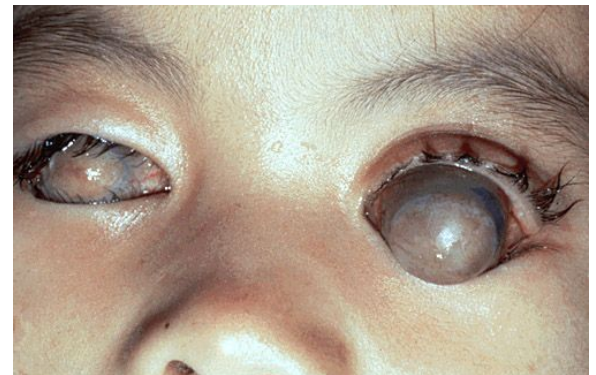
# Гиповитаминоз



Содержание в  
продуктах

Нарушение  
зрения

Лечение



# Гиповитаминоз



Содержание в  
продуктах

Проявления

Лечение

# Гиповитаминоз



**Содержание в  
продуктах**

**Поражение губ, языка,  
роговой оболочки,  
светобоязнь и снижение  
остроты зрения**

**Лечение**



# Гиповитаминоз



**Содержание в  
продуктах**

**Поражения кожи,  
отвращение к пище,  
тошнота и рвота,  
малокровие**

**Лечение**





# Гиповитаминоз



Содержание в  
продуктах

Подкожные  
кровоизлияния,  
кровоточивость десен,  
лихорадка, учащение  
пульса и дыхания

Лечение



# Гиповитаминоз



**Содержание в  
продуктах**

**Искривление ног,  
своеобразная форма  
черепа и грудной  
клетки**

**Последствия  
болезни**



# Гиповитаминоз



Недостаток витамина РР проявляется в экстремальных условиях на фоне общей недостаточности питания в форме так называемой пеллагры — состояния, для которого характерны тяжелые поражения кожи, упорный понос, угнетенное настроение и прогрессирующее снижение умственных способностей. Поскольку из-за поноса нарушается усваиваемость пищи, в том числе и самого витамина РР, единственный способ борьбы с пеллагрой — прием или введение синтетического препарата никотиновой кислоты (никотинамид).