

ВИТАМИНЫ

ВИТАМИНЫ И...

A

B5

D

C

PP

B9

B6

B2

E

H

K

B1



ДЛЯ ПОЖИЛЫХ

ДЛЯ ДЕТЕЙ

СПОРТ

КРАСОТА

ДЕПРЕССИЯ

БЕРЕМЕННОСТЬ

ИММУНИТЕТ

ЗРЕНИЕ

СТОМАТОЛОГИЯ

АЛЛЕРГИЯ

ВИТАМИНЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ



Детское население находится в состоянии полигиповитаминоза по многочисленным исследованиям НИИ питания РАМН.

Требования к поливитаминному комплексу:

- сбалансированность;
- оптимальная «детская форма» (СИРОП).



ВИТАМИНЫ И СПОРТ



Показания к применению витаминов:

- профилактика гиповитаминозов;
- изменения пищевого рациона:
 - алиментарная недостаточность;
 - несбалансированность питания;
 - резкое изменение пищевого статуса;
 - нарушения углеводного, жирового или белкового обмена;
 - снижение калорийности суточного пищевого рациона;
- направленная коррекция анаболических, катаболических и восстановительных процессов;
- состояние перетренированности;
- восстановление после заболеваний и травм.



ВИТАМИНЫ И КРАСОТА



Люди стареют не только внешне. Очень важно чтобы все системы и органы нормально функционировали.



ANTI-AGE терапия – прием внутрь поливитаминовых комплексов, препаратов на основе сои, а в ряде случаев используется гормонозаместительная терапия.



ВИТАМИНЫ И ДЕПРЕССИЯ

Симптомы депрессии:



- подавленное настроение;
- чувство вины, беспомощности;
- невозможность сосредоточиться;
- потеря интереса к работе;
- потеря аппетита;
- головные боли;
- нарушение сна.



Н
Е
Д
О
С
Т
А
Т
О
К

В₁

В₂

В₆

В₉

+

И кофе

З жиров

Б сахара

Т витаминов с

О минералами

К

=

ДЕПРЕССИЯ



ВИТАМИНЫ И БЕРЕМЕННОСТЬ



Недостаток витаминов:

- врожденные аномалии развития;
- гипотрофия;
- недоношенность;
- нарушения физического и умственного развития детей.



Беременные испытывают повышенную потребность в витаминах **А, С, В1, В6, В9.**



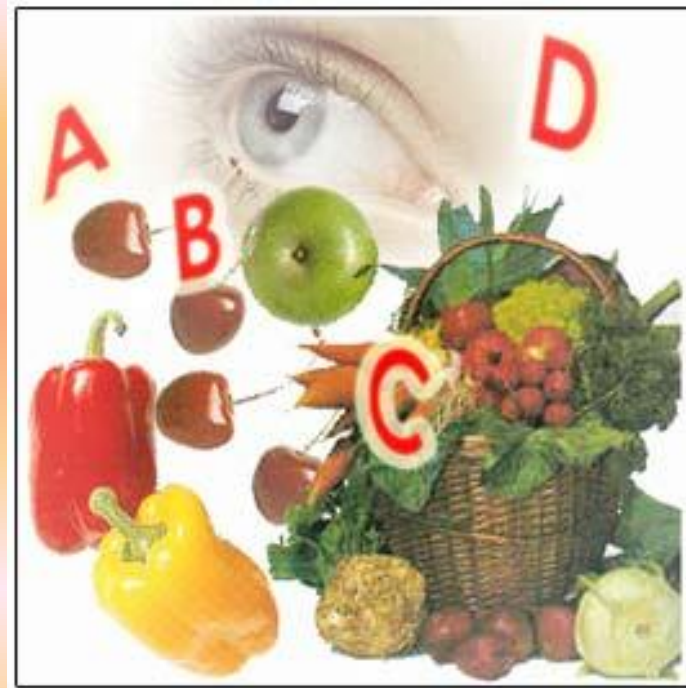
ВИТАМИНЫ И ИММУНИТЕТ



- **Витамины группы В** помогают во время стресса, после операции или травмы.
- **Витамины А, С, D, Е, В6** предупреждают простудные вирусные заболевания.
- **Витамин В6** стимулирует синтез нуклеиновых кислот.
- **Витамин С** повышает активность макрофагов в борьбе с инфекционными агентами.
- **Витамин Е** повышает устойчивость к заболеваниям.



ВИТАМИНЫ И ЗРЕНИЕ



- **Витамин А** участвует в образовании светочувствительного пигмента клеток глаза.
- **Витамины С и Е** положительно влияют на зрительную функцию, снижают риск заболевания катарактой, замедляют процесс дальнейшего развития уже имеющегося заболевания.
- **Витамин В1** улучшает зрение у людей с ранними стадиями глаукомы.
- **Витамин С** способствует нормализации внутриглазного давления.



ВИТАМИНЫ И СТОМАТОЛОГИЯ

- **Витамин А** применяется в комплексной терапии эрозивно-язвенных процессов, трещин, пародонтита.
- **Витамин D** способствует отложению кальция в костной ткани и дентине.
- **Витамины В1 и В6** используются при невралгии, стоматите, пародонтите, кариесе.
- **Витамин В2** помогает при длительно незаживающих трещинах губ, глоссите.
- Также применяются витамины **В5, В12, В15, Е, РР, С, Р.**



ВИТАМИНЫ И АЛЛЕРГИЯ



Количество пациентов, страдающих аллергией, только за последнее десятилетие утроилось.



Выбор препаратов бывает затруднен из-за риска возникновения аллергических реакций на вспомогательным компонентам поливитаминовых комплексов.



ВИТАМИНЫ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ



В клиниках США дефицит витамина Е обнаружен у 80% пожилых пациентов, витамина С – у 60%, витамина А – до 40%.

Пожилые люди, регулярно принимающие витаминные препараты, ведут более активный образ жизни, о чем свидетельствуют многочисленные медицинские и социальные исследования.

