

Витамины

Понятие витаминов

- ▶ **Витамины** (от лат. *vita* — «жизнь») — группа низкомолекулярных органических соединений относительно простого строения и разнообразной химической природы, необходимых для нормальной жизнедеятельности организмов.



Витамин А

При его недостатке развивается такие болезни как: Куриная слепота, фолликулярный гиперкератоз(гусиная кожа), бронхиты и трахеиты, корь.

Ретинол



Витамин D

- ▶ Остеопороз(болезнь костей, связанная с метаболизмом)
- ▶ Диабет второго типа
- ▶ Гипертония
- ▶ Депрессия
- ▶ Болезни Паркинсона



Витамин С

- ▶ Цинга
- ▶ Болезни полости рта и все вытекающие из него



Витамин В3

- ▶ Поражения кожи, похожие на ожоги
- ▶ Истончение кож
- ▶ Изжога



Витамин К

- ▶ Обильные внутренние кровоизлияние
- ▶ Окостение хрящей
- ▶ Отложение солей на сосудах



Витамин В12



