

краевое государственное бюджетное профессиональное
учреждение
«КРАСНОЯРСКИЙ БАЗОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
КОЛЛЕДЖ
им В. М. Крутовского»

ВИТАМИН А

Подготовила: Михайлова Любовь
Александровна

Проверила: Щуковская Светлана Геннадьевна

2016 год



СЫР



ЯЙЦА



ПЕЧЕНЬ

МЯСО



РЫБА



БРОККОЛИ

ВИТАМИН А



МОРКОВЬ

ДЫНЯ



АБРИКОС



ПЕРСИК

АВОКАДО



ПЕРЕЦ



ТЫКВА



КАРТОФЕЛЬ



Функции Ретинола

- Участвует в образовании зрительного пигмента – родопсина;
- Участвует в процессах роста и дифференцировки эпителиальных покровов. При недостатке развивается метаплазия эпителиальных клеток в различных органах и превращает их в многослойный плоский ороговевающий эпителий (гиперкератоз), вызывают ксерофтальмию и кератомалицию;

Дефицит Ретинола

- ⦿ Развивается при нарушении всасывания, связанным с заболеваниями печени;
- ⦿ Ретинол депонируется в печени и его хватает на два года;
- ⦿ Приём препаратов – Ретинола ацетат, Ретинола пальмитат в драже, масляным растворе, рыбий жир, даёт быстрый эффект в течении 1-2 ч;

Гипервитаминоз А

- ◎ Сонливость, вялость, лихорадка, рвота, шаткость походки, боли в костях, головная боль, пигментация кожи, сыпь;
- ◎ Патологическое разрастание костей (ключицы, локтевых суставов, стоп);
- ◎ Возможно развитие глубоких подкожных опухолей в области верхних конечностей;

Высшие дозы

Для взрослых не больше - 100 000 МЕ;

Для детей – 20 000 МЕ в сутки;

- ⦿ Препараты показаны при нарушениях сумеречного зрения(работники транспорта, лётчики);
- ⦿ В масляном растворе применяется при ожогах, трофических язвах;