

Витамин С приводит к мутациям

Витамины полезны не всегда и не всем. Аскорбиновая кислота (витамин С) при некоторых условиях может не защищать клетку от вредных веществ, а, наоборот, провоцировать повреждение ДНК. Это открытие, сделанное учеными из университета Пенсильвании, может разрушить планы ученых, видящих в витаминах средство от рака.

Как объяснили авторы исследования, обычно витамин С проявляет себя как антиоксидант. Он нейтрализует опасные для организма свободные радикалы, которые разрушают клетки. Однако, как оказалось, при действии витамина на имеющиеся в организме вещества (гидропероксиды жирных кислот) были получены не менее опасные компоненты.

Эти соединения обладают свойствами генотоксинов, которые способны повреждать генетический материал. По словам ученых, пока не ясно, происходят ли в организме те же процессы, которые были зафиксированы в лабораторных условиях, однако уже сейчас представленные данные дают повод задуматься.

Вряд ли на данном этапе разумно пересматривать рекомендации по потреблению витаминов, особенно при поступлении их с натуральными продуктами. Однако отрицательное влияние витамина С вполне может проявиться во время испытания его действия на добровольцах. Для борьбы с раком его предлагают использовать в больших дозах.

В настоящее время в России рекомендуемое поступление витамина С в организм взрослого человека находится в диапазоне от 70 до 100 миллиграммов в сутки в зависимости от физической нагрузки и возраста.

Автор: Артур Скальский © <http://www.lenta.ru/> НАУКА И ТЕХНИКА, МИР 👁 1715 16.06.2001, 16:08 📌 355URL: <https://babr24.com/?ADE=65400> Bytes: 1444 / 1444 [Версия для печати](#) [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:**- [Телеграм](#)**- [ВКонтакте](#)**Связаться с редакцией Бабра:**newsbabr@gmail.com*

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: eqquatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)