

Витамин С вреден сверх нормы

Он воспроизводит составы, повреждающие ДНК клеток и, возможно, стимулирует развитие рака.

Всемирно известный и часто принимаемый витамин С, который служит антиоксидантом, в то же время в больших дозах способен нанести вред, стимулируя производство в организме составов, повреждающих ДНК клеток. Мутации, вызванные этими составами, стимулируют рост опухолей.

Об этом сообщает Американская Ассоциация развития Науки. Статья на эту тему была опубликована 15 июня в выпуске международного журнала Науки.

Однако, вред витамина С возможен лишь при приеме больших доз препарата и как говорит ведущий автор опубликованной статьи - Иан Блэйр из Центра Фармакологии Рака, в Университете Штата Пенсильвания, - "это исследование пока не должно интерпретироваться как утверждение, что витамин С вызывает рак".

Результаты, которые получились из экспериментов (in vitro), могут помочь, объяснить, почему витамин С к настоящему времени показал малый эффект при предотвращении рака в клинических испытаниях.

"Возможно, что витамин С не работает в предотвращении рака потому, что он вызывает также много повреждений в организме, как и предотвращает. Что можно сказать четко, так это то, что витамин С работает по непонятной схеме, то помогая, то нанося вред., причем - кому как".

Некоторые ученые раньше подолгу рекомендовали диету из большого приема витамина С, особенно для предотвращения развития злокачественных опухолей. Но эффективность этих рекомендаций была оспорена критиками, доказывающими, что нет никакого положительного эффекта в витаминах от рака и, возможно, существует даже вред от них.

"Логика сторонников приема витамина С базируется на простом и мало обоснованном утверждении, что фрукты, овощи, и другие продукты содержат витамин С и при этом предотвращают рак; таким образом витамин С предотвращает рак", говорит Блэйр. "Но наше мнение состоит в том, что важна полноценная диета, а не только один антиоксидант в отдельности".

Витамин С, как известно, делает полезную работу в теле, работая как антиоксидант, который "разоружает" свободные радикалы. Последние представляют собой кинетически независимые частицы - атомы или атомные группы, обладающие неспаренными электронами. Они очень реакционноспособны. В дополнение к повреждению ДНК непосредственно, свободные радикалы могут также действовать косвенно. Они начинают, преобразовывать различные кислоты в организме в другой состав, называемый гидроперекисью липида. Когда некоторые металлические ионы присутствуют при этой реакции как катализаторы, гидроперекись липида разлагается далее, вызывая повреждение ДНК - процесс "genotoxins".

Эти составы реагируют на ДНК, вызывая мутации в клетках и их перерождение в опухолевые.

Ученые, включая Блэйра и его коллег, подозревали, что витамин С может способствовать созданию гидроперекисей липида, разлагающихся затем на генотоксины, вместо ионов переходного металла.

Исследуя эту проблему, ученые добавили витамин С к растворам гидроперекисей липида в лаборатории. Они использовали концентрации, сопоставимые с теми, что присутствуют в человеческом теле, если он принимает 200 миллиграммов витамина в день.

В результате витамин усилил формирование генотоксинов в два раза, образуя при этом особенно разрушительную их разновидность.

Следующий шаг в исследовании будет состоять в выяснении того, производит ли витамин С значительные количества генотоксинов в неповрежденных клетках и трансформируются ли они в клетки, вызывающие рак.

У витамина С существуют и другие формы отрицательных последствий. Например, у некоторых людей он

вызывает аллергические реакции, а при длительном применении больших доз препарата (более 1 г) возможно угнетение функции инсулярного аппарата поджелудочной железы и стимулирующее влияние на образование кортикостероидных гормонов, влияющих на функцию почек.

Отрицательные последствия витамин С оказывает и на лиц, склонных к тромбофлебитам и на тех, у кого сахарный диабет.

Гипертоникам также лучше воздерживаться от приема препарата, который, обладая стимулирующим эффектом, по началу дает положительный эффект, а затем вызывает нагрузку на сердце, что заставляет отказаться от приема препарата и несколько дней восстанавливать трудно сбиваемое повышенное артериальное давление.

Однако, порой люди игнорируют эти обстоятельства. Например, на Западе сейчас идет настоящий ажиотаж приема всеми витамина С в больших дозах, порой по 400 мг в день и больше.

При этом нормой приема считается доза 50-100 мг в день для взрослых и 25-50 мг для детей, причем только в весенне-зимний период, в лечебных целях норма - 100-200 мг, при беременности норма - курсы приема по 300 мг в день в течение 10-15 дней, а затем делать перерывы.

Другие ученые-исследователи этой проблемы - Сеон Хва Ли и Томойуки Ое из Центра Фармакологии Рака, в Университете Штата Пенсильвания. Финансирование этого исследования обеспечивалось Национальным Институтом Рака и Университетом Центра Рака Штата Пенсильвания.

Автор: Артур Скальский © <http://sciteclibrary.com> НАУКА И ТЕХНИКА, МИР 👁 1960 04.07.2001, 19:05 📄 169

URL: <https://babr24.com/?ADE=66316> Bytes: 4928 / 4928 Версия для печати Скачать PDF

👍 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: krsyar.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](#)