

«Медична газета «Здоров'я України XXI сторіччя»[®] ©

Редакційна колегія

- Е.Н. Амосова**, д.м.н., професор, член-корреспондент НАМН України, і.о. ректора НМУ ім. А.А. Богомольця
- О.Я. Бабак**, д.м.н., професор, Інститут терапії ім. Л.Т. Малої НАМН України
- Г.М. Бутенко**, д.м.н., професор, академик НАМН України, член-корреспондент НАН України і РАМН, директор Інститута генетичної і регенеративної медицини НАМН України
- Б.М. Венцовський**, д.м.н., професор, член-корреспондент НАМН України, завідувач кафедри акушерства і гінекології № 1 НМУ ім. А.А. Богомольця
- Ю.В. Вороненко**, д.м.н., професор, академик НАМН України, ректор НМАПО ім. П.Л. Шупика
- И.И. Горпинченко**, д.м.н., професор, директор Українського інституту сексології і андрології, головний сексопатолог МЗ України
- Ю.И. Губський**, д.м.н., професор, член-корреспондент НАМН України, завідувач кафедри паліативної і хоспісної медицини НМАПО ім. П.Л. Шупика
- Д.И. Заболотний**, д.м.н., професор, академик НАМН України, директор Інституту отоларингології ім. А.И. Коломийченко НАМН України
- Д.Д. Иванов**, д.м.н., професор, завідувач кафедри нефрології і нирково-заместительної терапії НМАПО ім. П.Л. Шупика, головний дитячий нефролог МЗ України
- В.Н. Коваленко**, д.м.н., професор, академик НАМН України, директор ННЦ «Інститут кардіології ім. Н.Д. Стражеско» НАМН України
- В.В. Корпачев**, д.м.н., професор, завідувач відділом клінічної фармакології і фармакотерапії ендокринних захворювань Інституту ендокринології і обміну речовин ім. В.П. Комиссаренко НАМН України
- В.Г. Майданик**, д.м.н., професор, академик НАМН України, завідувач кафедри педіатрії № 4 НМУ ім. А.А. Богомольця
- Б.Н. Маньковський**, д.м.н., професор, член-корреспондент НАМН України, завідувач кафедри діабетології НМАПО ім. П.Л. Шупика, головний ендокринолог МЗ України
- В.Ф. Москаленко**, д.м.н., професор, академик НАМН України, віце-президент НАМН України
- Ю.М. Мостовой**, д.м.н., професор, завідувач кафедри пропедевтики внутрішніх захворювань Вінницького національного медичного університету ім. Н.И. Пирогова
- В.И. Паньків**, д.м.н., професор, завідувач відділом профілактики ендокринних захворювань Українського науково-практичного центру ендокринної хірургії і трансплантації ендокринних органів і тканин МЗ України
- А.Н. Пархоменко**, д.м.н., професор, член-корреспондент НАМН України, науковий керівник відділу реанімації і інтенсивної терапії ННЦ «Інститут кардіології ім. Н.Д. Стражеско» НАМН України
- Н.В. Пасечникова**, д.м.н., професор, член-корреспондент НАМН України, директор Інституту очних захворювань і тканинної терапії ім. В.П. Філатова НАМН України
- В.В. Поворознюк**, д.м.н., професор, керівник відділу клінічної фізіології і патології опорно-двигального апарату Інституту геронтології НАМН України, директор Українського науково-медичного центру проблем остеопороза
- Л.Г. Розенфельд**, д.м.н., професор, академик НАМН України
- И.М. Трахтенберг**, д.м.н., професор, академик НАМН, член-корреспондент НАН України, завідувач відділом токсикології Інституту медицини праці НАМН України
- Н.Д. Тронько**, д.м.н., професор, академик НАМН, член-корреспондент НАН України, директор Інституту ендокринології і обміну речовин ім. В.П. Комиссаренко НАМН України
- Ю.И. Феценко**, д.м.н., професор, академик НАМН України, директор Національного інституту фізіотерапії і пульмонології ім. Ф.Г. Яновського НАМН України
- Н.В. Харченко**, д.м.н., професор, член-корреспондент НАМН України, завідувач кафедри гастроентерології, дієтології і ендоскопії НМАПО ім. П.Л. Шупика
- В.И. Цымбалюк**, д.м.н., професор, академик НАМН України, віце-президент НАМН України, заступник директора Інституту нейрохірургії ім. А.П. Ромоданова НАМН України
- В.П. Черных**, д.ф.н., д.х.н., професор, член-корреспондент НАН України, ректор Національного фармацевтичного університету

Учредитель – **Иванченко Игорь Дмитриевич**

ИЗДАТЕЛЬ – ООО «МЕДИЧНА ГАЗЕТА «ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ 21 СТОРІЧЧЯ»

«Медична газета «Здоров'я України XXI сторіччя»[®]

ГЕНЕРАЛЬНИЙ ДИРЕКТОР	Людмила Жданова	Свідоцтво КВ №15650-4122ПР від 03.09.2009 р.
ГЛАВНИЙ РЕДАКТОР	Эльвира Сабдаш	Індекс видання: 35272
ВИПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР	Лариса Стороженко	Редакція може публікувати матеріали, не розділяючи точки зору авторів.
МЕДИЦИНСЬКИЙ ДИРЕКТОР	Алексей Терещенко	За достовірність фактів, цитат, імен, географічних назв і інших свідчень відповідають автори.
МЕДИЦИНСЬКИЙ РЕДАКТОР	Ольга Радучич	Перепечатка матеріалів допускається тільки з дозволу редакції.
ЛИТЕРАТУРНІ РЕДАКТОРИ / КОРРЕКТОРИ	Светлана Кабанова	Рукописи не повертаються і не рецензуються.
	Галина Теркун	Адрес для писем:
ОТДЕЛ ВЕРСТКИ И ДИЗАЙНА	Лина Арсенюк	03035, г. Киев, ул. Механизаторов, 2.
	Наталья Дехтярь	E-mail: zu@health-ua.com ; www.health-ua.com
	Олег Смага	Контактные телефоны:
	Тарас Безлюда	Редакция 521-86-86
НАЧАЛЬНИК ОТДЕЛА МАРКЕТИНГА	Наталья Семенова	Отдел маркетинга 521-86-91
МАРКЕТИНГ-МЕНЕДЖЕРЫ	Инна Головки	Отдел подписки и распространения 521-86-98
	Юлия Башкирова	
	Андрей Присяжнюк	Газета отпечатана в ТОВ «Юнівест-Принт», г. Киев, ул. Дмитровская, 44-б.
	Зоя Федирко	
АССИСТЕНТ ОТДЕЛА МАРКЕТИНГА	Мирослава Табачук	Подписана в печать 27.08.2014 г.
НАЧАЛЬНИК ОТДЕЛА ПРОИЗВОДСТВА	Ивалан Крайчев	Заказ 27082014/05 Тираж 33 000 экз.
ТЕХНИЧЕСКИЙ ДИРЕКТОР	Сергей Бадеха	Тираж с 15.08.2014 и 8700 электронных адресов (дата госрегистрации с 02.01.2012).

Витрум[®]: легкое решение
сложных проблем

№ UA/3281/01/01 от 22.06.2010 г.

Информация о лекарственных препаратах. Информация для использования исключительно в профессиональной деятельности медицинскими и фармацевтическими работниками. Полная информация о лекарственных препаратах содержится в инструкции для медицинского применения.

Наряду с витаминами огромное значение в поддержании гомеостаза организма имеют микро- и макроэлементы, особенно цинк, магний, селен, йод, железо. Цинк задействован в метаболизме липидов и белков, синтезе РНК, ДНК, инсулина, функционировании Т-лимфоцитов; магний регулирует обменные процессы, нейрохимические реакции и мышечную возбудимость, артериальное давление; селен выступает в качестве антиоксиданта, активизирует работу тимуса, продукцию Т-киллеров; йод является неотъемлемой составляющей тиреоидных гормонов, влияющих на обменные процессы в нервной и сердечно-сосудистой системах; железо входит в состав гемоглобина, цитохромов, миоглобина, участвует в окислительно-восстановительных реакциях.

Как известно, естественными источниками витаминов и минералов являются продукты питания. К сожалению, низкая биологическая ценность последних в сочетании с несоблюдением правил рационального питания все чаще встречаются в современных реалиях, обуславливая развитие дефицита витаминов, макро- и микроэлементов и сопутствующих этим состояниям нарушений. Выходом из сложившейся ситуации является включение в ежедневный рацион витаминно-минеральных комплексов, среди которых высоким уровнем качества и универсальностью в отношении возможности применения у людей разных возрастных групп отличается серия препаратов Витрум[®] компании «Юнифарм, Инк.». В состав Витрума входят 14 витаминов и 17 минералов, обеспечивающих адаптацию организма к психоэмоциональным и физическим перегрузкам и обеспечивающих укрепление иммунитета. К серии витаминно-минеральных комплексов относятся Витрум[®] Пренатал Форте, разработанный специально для беременных и женщин в период кормления грудью, уменьшающий риск врожденных пороков, способствующий гармоничному развитию плода и поддержанию нормального состояния беременной; Витрум[®] Кидз и Витрум[®] Юниор, предназначенные для усиления иммунной защиты, гармоничного физического и умственного развития детей и подростков; Витрум[®] Энерджи, незаменимый для людей с повышенными физическими и интеллектуальными нагрузками, страдающих от синдрома хронической усталости; Витрум[®] Форайз, способствующий поддержанию нормального структурно-функционального состояния органа зрения; Витрум[®] Бьюти, помогающий женщинам сохранить красоту кожи, волос и ногтей, а также Витрум[®] Центури, созданный для снижения вероятности развития сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, предупреждения преждевременного старения у лиц старше 50 лет.

Таким образом, витаминно-минеральные комплексы серии Витрум[®] являются высококачественными добавками к ежедневному рациону, позволяющими эффективно восполнить пул витаминов, макро- и микроэлементов, нормализовать метаболические процессы, улучшить адаптационные возможности и состояние иммунной системы у всех людей независимо от половой принадлежности и возраста.

Подготовил **Антон Пройдак**

Согласно современным представлениям витамины обладают широким спектром биологических эффектов и выступают в качестве кофакторов ферментов, отвечающих за реализацию важнейших биохимических реакций. Витамины, макро- и микроэлементы регулируют работу нервной, эндокринной, иммунной систем; влияют на формирование костной и мышечной тканей, гемопоэз; поддерживают нормальное морфофункциональное состояние органа зрения. Кроме того, ряд витаминов и минералов проявляют антиоксидантные свойства, препятствуя негативному действию активных радикалов кислорода и перекисного окисления липидов, вызывающих повреждение клеточных мембран и последующую деструкцию клеток в различных органах и тканях. Включение в ежедневный рацион витаминов и минералов позволяет значительно расширить адаптационные резервы организма, улучшить переносимость умственных и физических нагрузок, ускорить процесс выздоровления после перенесенных заболеваний, уменьшить негативное влияние стрессовых ситуаций и неблагоприятных условий окружающей среды. Важно учитывать, что определенные контингенты населения находятся в группе риска по развитию гипо- и авитаминозов, в связи с чем испытывают повышенную потребность в витаминах, макро- и микроэлементах. К этой категории относятся дети, взрослые, подверженные повышенным физическим и интеллектуальным нагрузкам; женщины в период беременности и кормления грудью, вегетарианцы; дети и взрослые, проживающие в плохих социально-бытовых условиях; пациенты с хронической патологией или недавно перенесшие инфекционные заболевания; женщины, применяющие оральную контрацепцию, лица пожилого возраста, курильщики, а также люди, злоупотребляющие алкоголем.

Несмотря на то что каждый из витаминов обладает уникальной совокупностью полезных биологических свойств, некоторые из них играют особую роль в поддержании нормального функционирования жизнедеятельности человеческого организма. Прежде всего это касается витаминов с антиоксидантной активностью – А, С, Е. Доказано, что витамин А (ретинол) нормализует течение многих метаболических процессов, препятствует формированию патологии со стороны органа зрения (гемералопии, ксерофтальмии), обеспечивает структурную целостность тканей (в том числе кожных покровов), принимает активное участие в процессе продукции антител, в частности секреторного иммуноглобулина А (sIgA), обеспечивающего защиту слизистых оболочек дыхательных путей и кишечника от патогенных микроорганизмов. Витамин С задействован в образовании коллагена, серотонина, катехоламинов, кортикостероидов; необходим для осуществления процессов детоксикации в гепатоцитах, продукции лимфоцитов. Помимо этого, аскорбиновая кислота нейтрализует супероксидный радикал, восстанавливает убиноин и витамин Е, стимулирует синтез интерферона, тормозит гликозилирование гемоглобина, уменьшает проницаемость сосудистой стенки, обладает антиатерогенным и противоопухолевым действием. В свою очередь, витамин Е (токоферол) принимает участие в процессах тканевого дыхания, обмене липидов и углеводов, продукции белков и гема, входящего в состав цитохромов (P450, цитохром С-редуктазы), гемоглобина и миоглобина; синтезе специфических антител, ферментов печени, креатинфосфокиназы, гонадотропных гормонов, пролиферации клеток, а также ингибирует перекисное окисление липидов и выступает в роли антигипоксанта.

Высокой биологической ценностью обладают витамины группы В, задействованные во всех видах обмена; нормализующие работу нервной, сердечной, пищеварительной и эндокринной систем; играющие ключевую роль в гемопоэзе, свертывании крови, регенерации тканей. Витамин D₃ способствует усилению всасывания кальция в кишечнике и реабсорбции фосфора в почечных канальцах, нормализует структуру костной ткани, процесс формирования зубов и костного скелета у детей.