

Uloga vitamina b15 i b17 u ishrani

Vrsta: Seminarski | Broj strana: 20 | Nivo: Poljoprivredno-prehrambeni fakultet, Sarajevo

SADRŽAJ

1. UVOD 2
2. VITAMIN B15 4
 - 2.1. Izvori vitamina B15 4
 - 2.2. Djelovanje 5
 - 2.3. Utjecaj na organizam 6
 - 2.4. Primjena 6
 - 2.5. Minimalne potrebe na dan 6
 - 2.6. Upotreba 6
3. VITAMIN B17 8
 - 3.1. Tajna vitamina B17 8
 - 3.2. Izvor vitamina B17 9
 - 3.3. Djelovanje Leatricula 10
 - 3.4. Avitaminoze 11
 - 3.5. Hipervitaminoze 11
 - 3.6. Rak kao avitaminoza 12
4. LIJEČENJE RAKA LEATRILOM 14
5. ZAKLJUČAK 17
6. LITERATURA 18

UVOD

Vitamini su organske molekule koje imaju veliki broj funkcija u organizmu, i sudjeluju kao biohemijski regulatori i katalizatori u velikom broju reakcija u ljudskom organizmu. Status vitamina imaju samo one tvari koje imaju određenu nezamjenjivu funkciju u našem organizmu, i ujedno ih ne možemo sami proizvesti već ih moramo unositi putem hrane, poput minerala. Postoje minimalne utvrđene količine svakog vitamina koje organizam treba svaki dan iz hrane, i one su standardizirane kao RDA vrijednosti. RDA vrijednosti su količine vitamina dovoljne za minimalno podmirivanje tih potreba, i izražavaju se u masenim jedinicama. Pojedinih vitamina nam je potrebno nekoliko stotina miligrama (Vitamin C), a nekih nekoliko mikrograma (B1 i B2).

Najistaknutija uloga vitamina je da u brojnim metaboličkim reakcijama djeluju kao kofaktori u enzimskim reakcijama. Neki vitamini imaju više uloga na različitim mjestima, poput vitamina C, i njihova potrošnja je veća od drugih. U načelu, uloge vitamina su fino umrežene i povezane jedna s drugom, pa nedostatak jednog vitamina odmah pogađa funkciju drugoga.

VITAMINI – važni za život

Uglavnom se ne mogu sintetizovati u organizmu i moraju se unositi kroz hranu

Funkcionišu kao koenzimi, ali imaju i druge važne funkcije

Moraju se poznavati dnevne potrebe
Vitamini rastvorljivi u mastima
Vitamini rastvorljivi u vodi
A, D, E, K

- Za transport krvlju, potreban proteinski nosač

- Akumuliraju se u organizmu

- Potrebno periodično unošenje u organizam

- Postoji mogućnost dostizanja praga toksičnosti

B KOMPLEKS, C

- Lahko se prenose krvlju

- Lahko se izlučuju iz organizma

- Moraju se unositi često u malim dozama
- Ne postoji opasnost od dostizanja toksične

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE
PREUZETI NA SAJTU. -----**

www.maturskiradovi.net

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: maturskiradovi.net@gmail.com