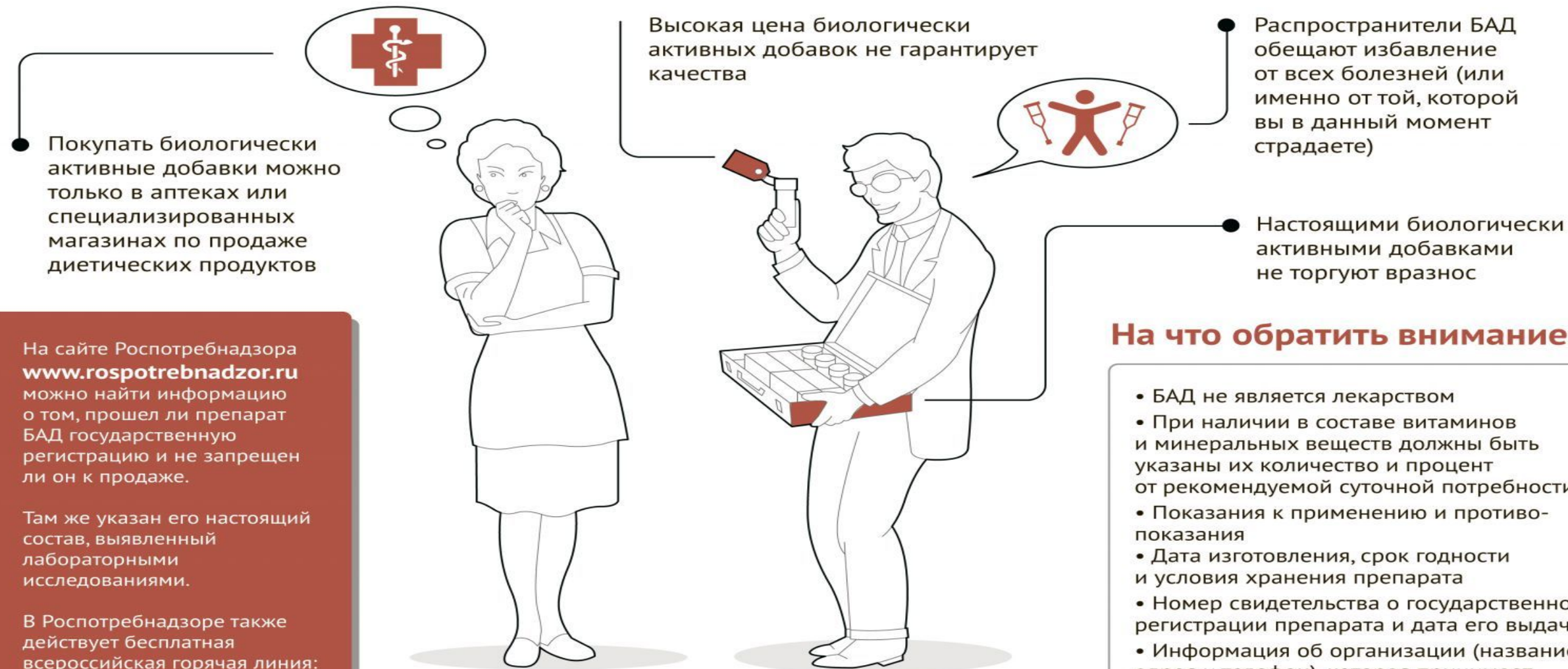


Тема 2: «Экстремальные ситуации и безопасность человека»

2.6 Лекарственные препараты, биологические активные добавки - источник опасности здоровью.

Биологически активные добавки с доставкой на дом

Под видом биологически активных добавок мошенники могут продавать средства, которые не только бесполезны, но и вредны для здоровья



На сайте Роспотребнадзора www.rosпотребнадзор.ru можно найти информацию о том, прошел ли препарат БАД государственную регистрацию и не запрещен ли он к продаже.

Там же указан его настоящий состав, выявленный лабораторными исследованиями.

В Роспотребнадзоре также действует бесплатная всероссийская горячая линия:

8-800-100-0004

Классификация пищевых добавок согласно Европейской системе (E)

Код пищевой добавки (E)	Назначение
100-182	Красители (усиливают или восстанавливают цвет продукта)
200-299	Консерванты (повышают срок хранения продуктов, защищают их от микробов, грибков, бактериофагов. Химически стерилизующие добавки при созревании вин, дезинфектанты.)
300-399	Антиокислители (защищают от окисления, например от прогоркания жиров и изменения цвета)
400-499	Стабилизаторы (сохраняют заданную консистенцию), загустители (повышают вязкость)
500-599	Эмульгаторы (создают однородную смесь несмешиваемых продуктов, например воды и масла)
600-699	Усилители вкуса и аромата
700-799	Пеногасители (предупреждают или снижают образование пены)

ТАБЛИЦА ВРЕДНЫХ ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК

ОЧЕНЬ ОПАСНЫЕ

E123 E510 E513E E527

ОПАСНЫЕ

E102 E110 E120 E124 E127 E129 E155 E180
E201 E220 E222 E223 E224 E228 E233 E242
E400 E401 E402 E403 E404 E405 E501 E502
E503 E620 E636 E637

КАНЦЕРОГЕННЫЕ

E131 E142 E153 E210 E212 E213 E214 E215
E216 E219 E230 E240 E249 E280 E281 E282
E283 E310 E954

РАССТРОЙСТВО ЖЕЛУДКА

E338 E339 E340 E341 E343 E450 E461 E462
E463 E465 E466

КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

E151 E160 E231 E232 E239 E311 E312 E320
E907 E951 E1105

РАССТРОЙСТВО КИШЕЧНИКА

E154 E626 E627 E628 E629 E630 E631 E632
E633 E634 E635

ДАВЛЕНИЕ

E154 E250 E252

ОПАСНЫЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ

E270

ЗАПРЕЩЕННЫЕ

E103 E105 E111 E121 E123 E125 E126 E130
E152 E211 E952

ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ

E104 E122 E141 E171 E173 E241 E477

Физиологическая роль витаминов для здоровья человека и содержание их в овощах

Буквенное обозначение	Наименование витамина	Физиологическая роль	Суточная потребность, мг	Следствие авитаминоза	Содержание витаминов в овощах (мг/100 г)
A	Каротин (ретинол)	Антиоксидантная и антирадикальная	25	Атрофия нервов, ухудшение зрения, онкологические заболевания	Морковь (12), тыква (8), перец сладкий (4,5), шпинат (5), салат (2), томат (2), дайкон (1,5), чеснок (1), щавель (1)
B	Тиамин	Антинервная	2	Воспалительные процессы в нервах, периферические невриты	Овощной горох (0,5), редька (0,3), чеснок (0,15), капуста белокачанная и цветная (0,15), редис (0,1), морковь (0,1)
B₂	Рибофлавин	Регуляция роста	2,6	Остановка роста молодых органов, заболевания слизистых оболочек	Шампиньон (6,4), салат (0,3), шпинат (0,3), горох овощной (0,26), укроп, сельдерей, зеленый лук (0,1), фасоль (0,1)
B₅	Пантотеновая кислота	Антидерматитная	2	Поражение кожи, поседение волос	Капуста цветная (0,7), томат (0,4), горох овощной (0,38), морковь (0,35), шпинат (0,17), огурец (0,15)
B₉	Фолиевая кислота	Антианемическая	0,3	Нарушение роста и малокровие	Горох овощной (0,7), дыня (0,6), петрушка (0,28), сельдерей (0,21), укроп (0,23), свекла (0,2), тыква (0,14), морковь (0,1)
C	Аскорбиновая кислота	Антицинготная	80	Заболевание цингой, повышенная утомляемость, хрупкость костей	Перец сладкий (250), петрушка (150), укроп (100), капуста цветная (70), шпинат (50), салат (45), сельдерей (38), капуста белокачанная (40)
D	Кальциферол	Антирахитическая	2,5 (детям до 12,5 лет)	Рахит костей и других органов	Капуста белокачанная, цветная, петрушка, укроп, салат
E	Токоферол	Антистерильная	4	Нарушение процессов оплодотворения, бесплодие, мышечная дистрофия	Горох овощной (3,2), петрушка, сельдерей (1,8), морковь (1), лук репчатый (1), салат (0,5)
P	Рутин	Гипотоническая	25	Хрупкость сосудов, сердечные заболевания	Горох овощной, редька, морковь, перец сладкий, лук репчатый
PP	Никотиновая кислота	Антипеллагрическая	20	Заболевание пеллагрой	Шампиньон (4), горох овощной (2,5), перец сладкий, картофель (1), укроп (0,5), петрушка (0,4)
K	Нафтохинон	Антигеморрагическая	1	Нарушение свертываемости крови, геморрагический диатез	Шпинат, капуста цветная (4), капуста белокачанная (3), морковь (2), свекла (2)
L	Метилметионин	Антиязвенная	-	Язвенные болезни и хронический гастрит	Капуста белокачанная (18,5), свекла столовая (14,6), петрушка (6,1), капуста цветная (5), сельдерей (3,8)

алкоголь + аспирин	язва желудка
алкоголь + кофеин, эфедрин, теофедрин, колдрекс, колдакт	гипертонический криз
алкоголь + мочегонные, гипотензивные	резкое снижение артериального давления
алкоголь + парацетамол, панадол, эффералган	токсическое поражение печени
алкоголь + сахароснижающие препараты, инсулин	резкое падение уровня сахара в крови, кома
алкоголь + нейролептики, обезболивающие, противовоспалительные	интоксикация
алкоголь + снотворное, транквилизаторы	интоксикация, мозговая кома
алкоголь + антибиотики, сульфаниламиды	непереносимость лекарств, отсутствие лечебного эффекта
алкоголь + нитроглицерин, антигистаминные препараты	усиление болевого синдрома и проявлений аллергии

Домашнее задание:

Изучить материалы урока по конспекту