
Тема:
**«Биологически активные
добавки, что это?».**

**Работу выполнил
Старцев Д. группа 17 С**

**Руководитель:
Рыжевская Н.В.**

2018 год.

БИОЛОГИЧЕСКАЯ

И

АКТИВНЫЕ
ДОБАВКИ,
ЧТО ЭТО?

БАДЫ

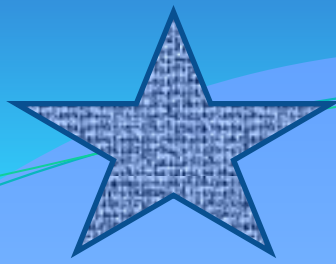


Цель:

изучить воздействие БАДов на организм человека.

Задачи:

1. рассмотреть историю возникновения БАДов;
2. изучить классификации БАДов и их формы;
3. изучить воздействие БАДов на организм человека;
4. В чем отличие БАД от фармакологических препаратов и фитотерапевтических средств?



Актуальность темы: широкое использование людьми в России биологически активных добавок, реклама их в средствах массовой информации, недостаточная информация о пользе и вредности БАДов для организма человека.





Пищевые добавки – природные или искусственные (синтезированные) вещества, преднамеренно вводимые в пищевые продукты с целью их сохранения и придания им заданных свойств .

Пищевые добавки можно разделить на несколько наиболее важных групп:

Нутрицевтики – эссенциальные (незаменимые) нутриенты (компоненты пищи), такие как витамины или их предшественники, полиненасыщенные жирные кислоты, минеральные вещества и микроэлементы, отдельные аминокислоты, некоторые моно- и дисахариды и т. д.



2. Эубиотики – биологически активные добавки к пище, в состав которых входят живые микроорганизмы и (или) их метаболиты, оказывающие нормализующее воздействие на состав и биологическую активность микрофлоры пищеварительного тракта.

3. Парафармацевтики применяют для профилактики, вспомогательной терапии и поддержания в физиологических границах функциональной активности органов и систем.



Формы БАДов

- в виде экстрактов, настоев, бальзамов, порошков, сухих и жидких концентратов, сиропов, таблеток, капсул и других форм;
- в виде таблеток, желатиновых капсул, содержащих дозированные сухие порошки, а также чаев;
- в виде геля





Добавляют их и в твёрдые сыры для предупреждения вспучивания. Продукты, содержащие эти добавки, нельзя употреблять людям страдающим заболеваниями печени, кишечника, дисбактериозом, холециститом.





● «За» и «против» применения биологических пищевых доба

- Побочные действия, которые оказывают входящие в состав БАДов компоненты.
- Недостаточная изученность сочетаемости входящих компонентов.
- Риск передозировки.
- Содержание в БАДах сильнодействующих лекарственных компонентов.
- Непредсказуемое взаимодействие БАДов с другими лекарственными средствами, которые принимает человек.
- Неблагоприятное действие БАДов на плод во время беременности.
- Нечеткие рекомендации врача по применению БАДов.
- В некоторых БАДах используются компоненты животного происхождения, что может составлять определенный риск развития заболеваний прионного типа («коровье бешенство», бычий энцефалит
- ВОК

● Выводы:

- 1. Биологически активные добавки (БАД) — концентраты натуральных природных веществ, выделенных из пищевого сырья животного, минерального, растительного происхождения, или же полученные путем химического синтеза вещества, идентичные природным аналогам.
- 2. Подавляющее их большинство БАДов обладает различными лечебными свойствами, если поступает в организм в определенных количествах, пропорциях и сочетаниях.
- 3. Существуют отрицательные моменты, возникающие при длительном и бесконтрольном применении БАДов.
- 4. Целесообразно комбинировать прием БАД с методами физиотерапии и физиопрофилактики, что значительно повышает их эффективность и приводит к превосходным результатам.
- 5. Механизмы, с помощью которых компоненты БАДов могут влиять на определенные функции организма недостаточно изучены.

**Приобретая товары,
сделайте правильный
выбор между ценой и
качеством в пользу
здоровья.**

Список используемой литературы:

- Интернет
- Журнал «Комсомольская правда»

**Спасибо за
внимание!!!**