

ГИПОВИТАМИНОЗ

Гиповитаминоз – болезненное состояние, возникающее из-за витаминной недостаточности.

Причины появления гиповитаминоза:

- однообразное и неполноценное питание;
- ограниченное питание в период религиозных постов;
- повышенная потребность в витаминах в период беременности и кормления, роста организма и т.п.;
- различные заболевания, разрушающие всасывание или усвоение витаминов.

Проявления гиповитаминозов:

- лёгкое недомогание;
- быстрая утомляемость;
- снижение работоспособности;
- повышенная раздражимость;
- снижение сопротивляемости организма к инфекциям.

Виды ГИПОВИТАМИНОЗОВ

Гиповитаминоз



**Содержание в
продуктах**

**Нарушение
зрения**

Лечение



Гиповитаминоз



Содержание в
продуктах

Проявления

Лечение

Гиповитаминоз



**Содержание в
продуктах**

**Поражение губ, языка,
роговой оболочки,
светобоязнь и снижение
остроты зрения**

Лечение



Гиповитаминоз



**Содержание в
продуктах**

**Поражения кожи,
отвращение к пище,
тошнота и рвота,
малокровие**

Лечение



Гиповитаминоз



Содержание в
продуктах

Подкожные
кровоизлияния,
кровоточивость десен,
лихорадка, учащение
пульса и дыхания

Лечение



Гиповитаминоз



**Содержание в
продуктах**

**Искривление ног,
своеобразная форма
череп и грудной
клетки**

**Последствия
болезни**



Гиповитаминоз



Недостаток витамина РР проявляется в экстремальных условиях на фоне общей недостаточности питания в форме так называемой пеллагры — состояния, для которого характерны тяжелые поражения кожи, упорный понос, угнетенное настроение и прогрессирующее снижение умственных способностей. Поскольку из-за поноса нарушается усваиваемость пищи, в том числе и самого витамина РР, единственный способ борьбы с пеллагрой — прием или введение синтетического препарата никотиновой кислоты (никотинамид).