

# АЗБУКА ВЕРЫ



## Применение янтарной кислоты

# Применение янтарной кислоты

Как прекрасен этот мир, и как мудро все создал Господь! Предусмотрел для каждого создания все необходимое. Все живое на Земле - и растения, и животные, и люди - нуждается в полезных и питательных веществах для поддержания жизни и сохранения здоровья.

Живые клетки растений в процессе фотосинтеза с помощью энергии Солнца (света) производят из углекислого газа и воды глюкозу, т.е. солнечную энергию преобразуют в химическую.

Солнце - мощнейший источник энергии. Запас этой энергии у растений, преобразуясь, откладывается в виде крахмала и хранится в листьях, стеблях, корнях, плодах, семенах. Человек употребляет растения в пищу, и так солнечная энергия передается и ему.

В клетках человеческого тела идет непрерывная работа по приготовлению аденозинтрифосфата - вещества, которое является энергетической основой их жизнедеятельности. Непрерывная цепь химических реакций, происходящих в каждой клетке нашего тела называется Циклом Кребса. Для него необходимо наличие более 100 различных веществ, в том числе и витаминов. В ходе этого загадочного цикла Кребса из углеводов (сахаров) и жиров образуется молекула аденозинтрифосфорной кислоты (АТФ), которая является универсальным для всех клеток источником энергии для жизни.

Одним из продуктов, образующихся в ходе протекания Цикла Кребса является ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА. Она - важнейший элемент в образовании анаболических веществ - т.е. тех соединений, которые участвуют в строительстве и обновлении клеток и тканей.

## Янтарная кислота. Полезные свойства

Янтарная кислота названа так из-за возможности ее получения химическими средствами из янтаря. Хотя янтарная кислота - естественный продукт, вырабатываемый в клетках животных и растений. Она является регулятором энергетического обмена в наших клетках и тканях.

Организм человека нуждается в янтарной кислоте при больших психоэмоциональных и физических, умственных нагрузках, при тяжелых заболеваниях.

Надо сказать, что современная реальность - сплошная психоэмоциональная нагрузка, как у взрослых, так и у детей. Поэтому интенсивный темп жизни требует больших затрат янтарной кислоты, а организм не может сам обеспечить должного ее уровня, да и в обычном нашем рационе питания ее не достаточно. Вот почему дополнительное потребление янтарной кислоты просто необходимо.

Янтарная кислота проявляет следующие полезные свойства:

1. Антигипоксанта - повышает устойчивость организма к кислородному голоданию, снижает последствия такого состояния.
2. Антиоксидантное действие - предотвращает окислительные реакции в организме, вызванные вредными свободными радикалами, замедляет старение, и как следствие, появление многих заболеваний почтенного возраста, которые, как известно, молодеют.
3. Тонизирующее действие - увеличивает работоспособность без чрезмерной стимуляции иммунной системы, не истощает организм, а, наоборот, бережно восстанавливает.
4. Противовирусное средство - это действие доказано в ходе исследований.
5. Адаптогенное действие - помогает организму быстрее восстановиться и адаптироваться в

тяжелых условиях.

6. Антитоксическое действие - помогает при отравлении алкоголем и наркотиками, а также способствует очищению организма на клеточном уровне.

Итак, янтарная кислота относится к антигипоксантам. Это вещество необходимо для оксигенации клеток организма, энергетического обмена (цикл Кребса) и реализации других метаболических процессов, и, таким образом, непосредственно влияет на качество всей человеческой жизни.

Высокое содержание янтарной кислоты наблюдается в:

- алоэ;
- ревене;
- незрелых ягодах;
- сахарной свекле;
- боярышнике;
- горькой полыни;
- крапиве;
  
- семенах (семена подсолнечника, ячмень);
- клубнике;
- устрицах;
- ржаных хлебобулочных изделиях;
- пивных дрожжах;
- йогурте и других кисломолочных продуктах;
- твердых сырах;
- простокваше;
- винах (в возрасте, натуральных).

## **Зачем принимать янтарную кислоту?**

В человеческом организме под влиянием патогенных факторов, в том числе стресса, неблагоприятной экологии, постоянного приема лекарств, снижается активность ферментов, участвующих в окислительно-восстановительных реакциях. Вследствие этого в клетке даже при нормальном обеспечении кислородом развивается энергодефицит, активизируется процесс свободно-радикального окисления.

Сейчас на земле очень много районов химического, радиационного загрязнения, да и у нас в России много мест, экологически неблагоприятных для жизни человека, рост числа автомобилей на дорогах в этом нам упорно "помогает".

Вот почему так остро встал вопрос о дополнительном применении в пищу янтарной кислоты и ее солей. Янтарная кислота не подстегивает организм, не истощает его, как энергетические добавки, а, наоборот, обеспечивает нормальную, гармоничную работу органов и систем человеческого организма.

Янтарная кислота является адаптогеном, облегчает стресс, восстанавливает естественный энергообмен. Активность янтарной кислоты в организме человека регулируется гипоталамусом и надпочечниками.

Применение янтарной кислоты после тяжелых длительных заболеваний, после изнуряющей психологической и физической нагрузки позволяет организму быстро восстановиться. Однако

раздражающее желудочно-кишечный тракт действие янтарной кислоты ограничивает ее применение.

## **Показания к применению янтарной кислоты**

- Янтарная кислота применяется при гипоксии при сердечно-сосудистых заболеваниях,
- заболеваниях системы крови (анемии);
- янтарная кислота обеспечивает уменьшение метаболического ацидоза, применяется при сахарном диабете,
- в комплексной терапии ишемической болезни сердца,
- при нарушениях мозгового и периферического кровообращения,
- при бронхолегочной патологии (бронхиальной астме, остром бронхите, пневмонии),
- при алкоголизме в составе дезинтоксикационной терапии, уменьшает тягу к алкоголю,
- при отравлениях,
- при проживании в экологически опасной местности,
- при гепатитах,
- при заболеваниях репродуктивной системы,
- в онкологии,
- янтарная кислота обладает антистрессорным действием, показана при депрессии;
- проявляет антисклеротические свойства,
- янтарная кислота проявляет противовирусное действие, поэтому применяется при гриппе и ОРВИ,
- усиливает действие и эффективность витамина B6 и таурина, применяется в спортивном питании, для коррекции веса,
- янтарная кислота эффективна при воздействии радионуклидов: имеются сведения, что при воздействии радионуклидов янтарную кислоту надо принять незамедлительно в большой дозе до 3000 мг однократно, а далее по 1000 мг (это 1 грамм) 3-7 суток.

Это интересно: добавление янтарной кислоты в пищевые продукты продлевает их срок годности.

## **Как и когда принимать янтарную кислоту**

Принимать янтарную кислоту лучше утром сразу после еды из-за сильного раздражающего действия на желудочно-кишечный тракт. Рационален прием после завтрака, начиная с минимальной дозы 100 мг.

Существует методика применения с перерывами во время курса лечения: 2-3 дня применяем, 1-2 дня перерыв. Так можно применять длительно до 36 дней. В то время как при стандартном приеме большой дозы - 500 мг ежедневно утром - курс лечения нежелательно продолжать более 7-9 дней.

## **Янтарная кислота в онкологии**

Доктор Я.Ю. Шпирт в своей статье "На пути к долголетию" указал на способность янтарной кислоты находить в организме те участки, которые требуют восстановления.

Янтарная кислота тормозит рост различных опухолей, снижает токсическое действие терапии, тошноту, слабость, депрессию.

Особенно данное средство эффективно при мастопатии, кистах, миомах, бесплодии.

При лечении онкологических заболеваний с применением янтарной кислоты обязательно нужно увеличивать употребление воды: сразу утром после подъема с кровати необходимо выпить 1 стакан.

Рекомендуемые дозы при онкологии 0,1 №10 таблетки янтарной кислоты - 5 таблеток в утренние и обеденные часы после еды с большим объемом жидкости.

Хорошо сочетать янтарную кислоту с отварами трав.

Готовят 2% раствор янтарной кислоты: 1 упаковку янтарной кислоты 0,1 №10 растереть в ступке, добавить 50 мл воды, растворить, процедить от стеарата магния. Принимать по 1 чайной ложке утром после еды с большим количеством воды. Прием 10 дней, далее 1-2 дня перерыв, и так далее. В 5 мл раствора будет 0,1 (100 мг) янтарной кислоты.

## **Побочные действия и противопоказания к использованию янтарной кислоты**

Янтарная кислота может вызвать сильную изжогу и "сжечь" слизистую оболочку стенки желудка. Она противопоказана людям, которые страдают:

- язвой желудка и 12-перстной кишки, поскольку вещество может вызвать повышенную секрецию желудочного сока;
- гипертонией, глаукомой - янтарная кислота может повысить давление;
- мочекаменной болезнью - может способствовать образованию камней в почках;
- индивидуальной непереносимостью, аллергией на янтарную кислоту.

## **Метод использования янтарной кислоты для лица**

Янтарная кислота справляется и с такими заболеваниями, как акне. Она нормализует структуру клетки, стимулирует и активизирует внутриклеточный метаболизм. Это приводит к удалению токсинов, возвращается эластичность и свежесть кожи, здоровый цвет лица. Улучшение питания клеток снижает видимость шрамов, мешков под глазами, морщин. Для улучшения состояния кожи:

1. Измельчите 2 таблетки янтарной кислоты, полученный порошок разбавьте 1 ст.л. воды, перемешайте. Нанесите эту кашицу на лицо (избегайте области непосредственно рядом с глазами). Не смывайте 20 минут. Повторяйте каждую неделю.
2. Измельчите 2-3 таблетки янтарной кислоты и добавьте 1 стол. ложку оливкового масла. Сделайте массаж кашицей по массажным линиям и оставьте примерно на полчаса, после чего смойте. Эта маска отлично омолаживает кожу, разглаживает мелкие морщины.

***Провизор Вера Владимировна Сорокина***