

Селен, цинк и витамины А, С, Е на страже Вашего иммунитета!



Мы выявили четкую зависимость — чем ниже уровень цинка и селена, тем тяжелее течение COVID-19. И наоборот — при нормальном содержании этих микроэлементов чаще было лёгкое течение болезни*.

Андрей Свистунов, д.м.н, профессор, первый проректор Сеченовского университета.



Мы впервые получили масштабные данные о важной роли селена в защите от COVID-19. Прямое противовирусное действие цинка, в том числе и против коронавируса, известно: он угнетает репликацию, усиливает иммунитет. Селен тоже может влиять на иммунитет, в том числе и на врождённый, защищает лёгкие и вместе с цинком важен для ослабления воспалительной реакции. Возможно, и в ослаблении цитокинового шторма селен играет существенную роль. Мы пришли к выводу, что цинк и селен являются оптимальными и для профилактики COVID-19, и для его лечения с самого начала болезни**.

Анатолий Скальный, д.м.н., профессор, заведующий лабораторией молекулярной диетологии Сеченовского университета.

Роль Селена, Цинка и Витаминов С, Е и А для больных с сахарным диабетом отдельно подчеркнута в новом «Национальном консенсусе 2020: Особенности ведения коморбидных пациентов в период пандемии новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»:



У пациентов с СД нарушен не только углеводный обмен, но и другие виды метаболизма, что приводит к развитию осложнений и коморбидных состояний и заболеваний. Лечение у больных СД 1 и 2 типа дислипидемий, АГ, нефропатии, нейропатии, ретинопатии проводится по принципам, предусмотренным соответствующими рекомендациями. Считается целесообразным назначение пациентам с СД «антиоксидантных комплексов», содержащих микроэлементы (например, селен, цинк и др.) и витамины А, Е, С.

Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2020;19(4):2630.



Селцинк Плюс — сбалансированный комплекс селена, цинка, витамина Е, витамина С и бета-каротина для мужского и женского здоровья.

КОМПОНЕНТЫ СЕЛЦИНК ПЛЮС СПОСОБСТВУЮТ:



Селен обладает антиканцерогенным действием¹⁴. Высокое содержание сывороточного селена сопровождается более низким уровнем риска рака простаты у мужчин и рака матки и яичников у женщин¹⁵. Селен, входящий в состав капсулы сперматозоида, способствует целостности жгутика, влияет на его подвижность, он необходим для нормального течения беременности¹⁵.



Выявлена связь между зарегистрированными показателями излечения для COVID-19 и статусом селена¹⁶.



Цинк, участвующий в биосинтезе нуклеиновых кислот, биосинтезе белков, стабилизирует хромосомы, в Селцинке плюс он присутствует в виде органической соли, что обеспечивает его лучшее всасывание¹⁶.



Низкий уровень цинка может быть фактором риска развития пневмонии у пожилых людей¹⁷.



Витамины А и Е — антиоксиданты, обладающие мощным протекторным действием¹⁶.



Витамин С поддерживает иммунные функции¹⁸, может входить в состав комплексного лечения COVID-19¹⁹.

1. С.Д. Косюра, Е.Н. Ливанцова, Ю.Р. Вараева и др. Витаминно-минеральные комплексы, содержащие селен и цинк. *Лечебное дело* 1.2019 с 58-61.
2. Velthuis Avan den Worml SSims A et al. Zn2+ inhibits coronavirus and arterivirus RNA polymerase activity in vitro and zinc ionophores block the replication of these viruses in cell culture. *PLoS Pathogens* (2010) 6(11).
3. Junaidah B Barnett, Davidson H Hamer, and Simin N Meydani. Low zinc status: a new risk factor for pneumonia in the elderly? *Nutr Rev*. 2010 Jan; 68(1): 30-37.
4. Michalann Harthill. Micronutrient Selenium Deficiency Influences Evolution of Some Viral Infectious Diseases. *Biological trace element research* 143(3):1325-36.
5. Jee J, Hoet AE, Azevedo MP, et al. Effects of dietary vitamin A content on antibody responses of feedlot ca 13;74:1353-62.
6. Hemila H. Vitamin C and SARS coronavirus. *J Antimicrob Chemother*. 2003;52:1049-50.
7. Hemila H. Vitamin C intake and susceptibility to pneumonia. *Pediatr Infect Dis J*. 1997;16:836-837.
8. Lei Zhang Yunhui Liu. Potential interventions for novel coronavirus in China: A systematic review First published:13 February 2020.
9. Haneke E., Baran R. (2010) Micronutrients for Hair and Nail. In Krutmann J., Humbert P. (eds) *Nutrition for Healthy Skin*. Springer, Berlin, Heidelberg.
10. Cui Z, Liu D, Liu C, Liu G. *Medicine (Baltimore)*. 2017 Feb;96(5):e5944. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5293444/>.
11. Pan SY, Zhou J, Gibbons L, Morrison H, Wen SW; Canadian Cancer Epidemiology Research Group. *BMC Cancer*. 2011 Aug 24;11:372. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21864361>.
12. Особенности ведения коморбидных пациентов в период пандемии новой коронавирусной инфекции (COVID-19). Национальный Консенсус 2020. Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2020;19(4):2630.
13. Ranil Jayawardena, et al. Enhancing immunity in viral infections, with special emphasis on COVID-19: A review. *Diabetes Metab Syndr*. 2020 July-August; 14(4): 367-382.
14. Микроэлементы селен и цинк в организме женщины и мужчины: проблемы и решения. *Consilium Medicum*. 2018; 20 (7): 63-68.
15. Актуальные вопросы урологии и андрологии. *Справочник поликлинического врача*. 2018; 06: 60-64.
16. Jinsong Zhang, Ethan Will Taylor, Kate Bennett, Romy Saad, Margaret P Rayman. The Association between regional selenium status and reported outcome of COVID-19 cases in China. *The Association Journal of Clinical Nutrition* 2020; 00:1-3.
17. Junaidah B Barnett, Davidson H Hamer and Simin N Meydani. Low zinc status: a new risk factor for pneumonia in the elderly? *Nutr Rev*. 2010 Jan; 68(1): 30-37.
18. Hemila H. Vitamin C and SARS coronavirus. *J Antimicrob Chemother*. 2003;52:1049-50.
19. Lei Zhang Yunhui Liu. Potential interventions for novel coronavirus in China: A systematic review First published:13 February 2020.

* Полный текст статьи доступен по ссылке <https://www.sechenov.ru/pressroom/news/tsink-selen-i-vitamin-d-kak-zashchishchatsya-ot-covid-19/>.

** <http://selzink.ru/>.

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ