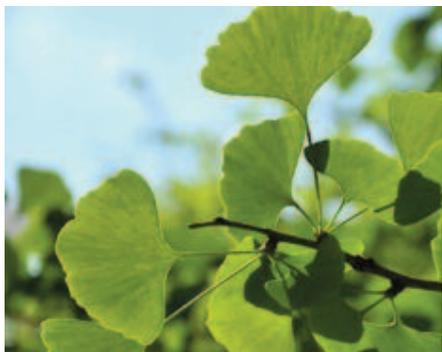


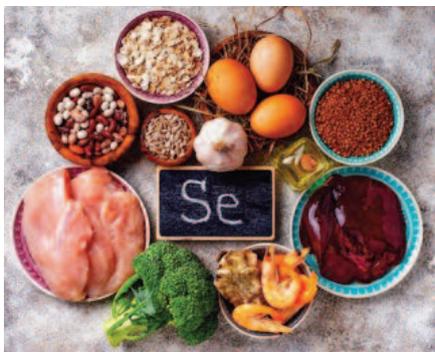
Элементы и продукты, полезные для глаз

Гинкго двулопастного листьев экстракт [1]



Влияет на процессы обмена веществ в клетках, реологические свойства крови и микроциркуляцию, а также на вазомоторные реакции крупных кровеносных сосудов. Улучшает мозговое кровообращение и снабжение мозга кислородом и глюкозой, антиоксидант, обладает сосудорасширяющим действием. Усиливая приток крови к богатым нервными волокнами глазам, может быть полезным при лечении дегенерации желтого пятна сетчатки или диабетической ретинопатии [2].

Селен [1]



Селен необходим для функционирования ключевого фермента защиты организма от окислительного стресса [3]. Селен полезен при концентрическом сужении полей зрения, снижении чувствительности к вспышке без повышения внутриглазного давления. Селен предупреждает токсическое действие некоторых веществ на хрусталик глаза [4].

Цинк [1]



Цинк препятствует накоплению кадмия в пигментном эпителии сетчатки и предотвращает его токсическое действие. Диета с содержанием цинка значительно снижает риск возрастного ухудшения зрения [5].

Медь [1]



Медь имеет большое значение в образовании соединительной ткани, образовании меланина, обладает антиоксидантными свойствами [5]. Медь играет важную роль в жизнедеятельности нейронов и формировании механизмов нейропротекции [6].

Черника



Антоцианозиды и флавоноиды, содержащиеся в листьях и плодах черники, обладают широким диапазоном терапевтического действия при офтальмологической патологии. Положительно действует на гемодинамику в сосудах глаза, улучшает кровоснабжение в сосудах глаза, способствует улучшению зрительных функций, расширению границ периферического зрения [7].

Витамин Е (α-токоферол)



Защищает сетчатку от светового повреждения, причем особенно эффективен витамин в сочетании с витаминами группы В [8].

Литература

1. По данным: Клинические рекомендации. Миопия. Общероссийская общественная организация «Ассоциация врачей офтальмологов». 2017; С:32
2. Янгиева Н.Р., Туйчибаева Д.М. Клиническая оценка эффективности комплексного лечения возрастной макулодистрофии. Современные технологии в офтальмологии. 2017. № 3. С. 276-280.
3. Витамины и микроэлементы, участвующие в регуляции антиоксидантной системы, База медицинских знаний Хеликс
4. Тинькова М.Н., Айсувакова О.П., Тиньков А.А. Селен в офтальмопатологии: роль селена в физиологии зрительного анализатора. Микроэлементы в медицине. 2019. Т. 20. № 3. С. 3-11.
5. Карлийчук М.А. Роль комбинированных нутрицевтиков в профилактике развития и прогрессирования возрастной макулярной дегенерации. Офтальмология. Восточная Европа. 2014. № 2 (21). С. 139-150.
6. Нейротрофическая система мозга: нейропептиды, макро- и микроэлементы, нейротрофические препараты. Лекция, международный неврологический журнал 2 (12) 2007
7. Захарова М.А., Оганезова Ж.Г. Современные подходы к терапии компьютерного зрительного синдрома. РМЖ. Клиническая офтальмология. 2018. Т. 18. № 1. С. 50-54.
8. Алексеев И.Б., Мельникова Н.В., Ломакина О.Е. Витрум® вижн форте в качестве компонента нейропротективной терапии первичной открытоугольной глаукомы. РМЖ. Клиническая офтальмология. 2010. Т. 11. № 3. С. 84-86.

Материал принадлежит ООО "ММА"МедиаМедика", любое копирование и использование в коммерческих целях запрещено.