

впливає на здоров'я людини. При цьому зростає загальна захворюваність населення, яка зумовлена ураженням окремих органів і систем організму — легеневої (пневмонії, бронхіальна задуха та інші неспецифічні хвороби легень) і серцево-судинної (гіпертонічна хвороба, інфаркт міокарду, хронічні хвороби). Великий вплив на рівень серцево-судинних, легневих та інших захворювань має сумарне забруднення атмосферного повітря. При концентрації його в 5 ГДК спостерігається суттєве зростання певних форм і груп захворювань (бронхіти, бронхіальна астма, авітамінози, розлади нервової системи), а також збільшення загального числа дітей з хронічними хворобами. При сумарному забрудненні атмосферного повітря на рівні 10 ГДК спостерігається значне збільшення хронічних захворювань не тільки серед дітей, але і серед дорослих. Для деяких захворювань (ішемічна хвороба серця, гострі респіраторні хвороби і грип) суттєве їх поширення спостерігається тільки на рівні 20 ГДК. Такі хвороби, як захворювання органів травлення, корелюють з атмосферним забрудненням лише за умови його спільної дії з іншими факторами.

Найбільш небезпечні промислові викиди для здоров'я дітей. У зв'язку із забрудненням атмосферного повітря знижуються адаптивні можливості дитячого організму, що призводить до зміни дихальних функцій і збільшення рівня легеневої патології.

У наш час не викликає сумнівів те, що здоров'я людей безпосередньо пов'язано зі станом навколишнього середовища. Розміри і цілі не дозволяють детально зупинитися на розгляді цієї проблеми, однак це питання має дуже велике значення для прийняття рішень в області навколишнього середовища, і інформація про здоров'я людей — найважливіший фактор, який повинен прийматися до уваги.

Література

1. Билич ГЛ., Назарова Л.В. Основы валеологии. — СПб, 2000.— 558 с.
2. Бойчук Л.Д., Соломенко Е.М., Бугай О.В. Екологія і охорона навколишнього середовища: Навч. посіб. — Суми: Університетська книга, 2003. — 284 с.

ВПЛИВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ БІОЛОГІЧНО-АКТИВНОЇ ДОБАВКИ НА ОСНОВІ ГІНГКО БІЛОБА

Шилова Н.В.

КЗ СОР Глухівський ліцей –інтернат з посиленою військово-фізичною підготовкою

Біологічно активна добавка (БАД) або харчова добавка — спеціальний харчовий продукт, призначений для вживання або введення в межах фізіологічних норм до раціонів харчування чи харчових продуктів з метою надання їм дієтичних, оздоровчих, лікувально-профілактичних властивостей для забезпечення нормальних та відновлення порушених функцій організму людини [1].

БАД займають проміжну позицію між лікарськими препаратами й продуктами харчування.

БАД — це концентрати натуральних природних речовин, виділені з харчової сировини тваринного (у тому числі морського), мінерального,

рослинного походження або ж отримані шляхом хімічного синтезу речовини, ідентичні природним аналогам. Переважна їх більшість має різні лікувальні властивості, якщо надходить в організм у певних кількостях, пропорціях і поєднаннях.

Гінкго Білоба — найзагадковіше й найдревніше дерево на планеті. Сучасник динозаврів, ця рослина існує вже близько 150 мільйонів років. Сьогодні Гінкго Білоба в природних умовах росте тільки в Японії, а також у парках та ботанічних садах світу.

Вживання Гінкго Білоба почалося в китайській медицині приблизно п'ять тисяч років тому. Нині це один з популярних і досліджених препаратів.

Існує багато думок про ефективність препаратів, що містять сполуки листків Гінкго. Є схвальні й критичні статті в медичних журналах.

Так компанія NSP, зібравши в єдине ціле всі цілющі властивості рослини, які зміцнюють здоров'я людини, створила унікальну БАД на його основі, що має широкий спектр позитивного впливу на організм людини.

Компанія позиціонує БАД на основі Гінкго Білоба як такий, що, по — перше, регулює й підтримує тонус кровоносної системи, прискорює кровообіг, тим самим сприяє постачанню поживних речовин і кисню до головного мозку, а отже, забезпечує його повноцінне функціонування. По — друге, знижує ризик утворення тромбів за рахунок підвищення опірності організму агрегації тромбоцитів, тобто має антикоагулянтні властивості. По — третє, має антиоксидантні властивості, здатна нейтралізувати радикал супероксиду, що уповільнює утворення холестеринових бляшок, припиняє ущільнення та звуження артерій. Розробники БАД вважають, що екстракт Гінкго Білоба здатний нейтралізувати вільні радикали та запобігти пошкодженню клітин організму. Він покращує кровопостачання тканин серцево — судинної системи та головного мозку, відновлює тканини мозку після перенесених захворювань, запобігає закупорці судин, покращує властивості крові, метаболізм нейронів головного мозку. При його вживанні нормалізується діяльність нервової системи, відновлюється пам'ять. Широко відомі також антивірусні, антибактеріальні, протизапальні властивості препарату [2].

Отже, БАД на основі Гінкго Білоба, на думку розробників від компанії NSP, має особливий позитивний вплив на організм людини, оскільки захищає капіляри, нормалізує кровообіг, розширює судини головного мозку, підвищує концентрацію уваги, відновлює пам'ять, покращує слух, захищає від атеросклерозу.

З огляду на менші вимоги ліцензування та контролю виробництва БАД, а також внаслідок відсутності будь-якого контролю за вживанням подібних добавок, поступово збільшилася кількість зареєстрованих небажаних побічних ефектів (алергія та ін.) [3].

З альтернативної точки зору варто зазначити результати досліджень, згідно з якими встановлено, що вживання препаратів Гінкго не спричиняє відчутного покращення пам'яті, хоча й покращує мікроциркуляцію крові в тканинах і органах. Також при одночасному застосуванні БАД на основі Гінкго та непрямого антикоагулянта (ацетилсаліцилової кислоти) зростає ризик геморагічних інсультів [4].

Є відомості, що свідчать про відсутність помітного ефекту покращення когнітивних здібностей у здорових людей. У результаті досліджень, проведених у співпраці декількома американськими медичними інститу-

тами, не було виявлено ніякого позитивного ефекту щодо вірогідності прояву деменції в старечому віці. Крім того, ряд незалежних спостерігачів вважає за потрібне сконцентрувати увагу на небезпечних побічних ефектах, а не на лікувальних властивостях Гінкго Білоба [5].

Отже, в останні роки Гінкго Білоба став «модним» препаратом, що все частіше використовується в складі БАД. Існують діаметрально протилежні точки зору щодо користі й доцільності вживання БАД, створених на основі Гінкго Білоба. На думку автора статті, тільки подальші додаткові масштабні дослідження впливу різних БАД на організм людини, а зокрема БАД, створених на основі Гінкго Білоба, зможуть дати об'єктивну відповідь про доцільність, ефективність та безпечність їхнього використання.

Література

1. <https://uk.wikipedia.org/wiki/>
2. <https://nspclub.org/produkcija-nsp/bady-nsp/ginkgo-biloba-detail>
3. <https://ru.wikipedia.org/wiki/>
4. <http://www.medlinks.ru/article.php?sid=31922>
5. <http://medportal.ru/mednovosti/news/2009/06/11/nccam/>