

Фолиева киселина

Витамин В9



Физиология:

- Биологично активните форми на фолиевата киселина са производни на тетрахидрофолиевата киселина.
- Значение:
- Те участват в синтеза на холин, серин, глицин, метионин, пурины, дТМФ (дезокситимидинмонофосфат)

Основна роля:

- Фолиевата киселина е есенциална за синтеза на ДНК и РНК
- Жизнено необходима за растежа и репродукцията на всички клетки в организма, особено за еритроцитите
- Участва в продукцията на невротрансмитери: серотонин, допамин
- ***Необходима за развитието на главния и гръбначния мозък и скелета на фетуса!***

Източници:

- Човешкият организъм не може да синтезира фолиева киселина.
- Фолиева киселина се съдържа в: листни зеленчуци, мая, черен дроб, пълнозърнести храни, мляко и млечни продукти, портокали и др.
- Фолиевата киселина не е устойчива на кулинарна обработка !

Прием:

- Референтни стойности за възрастен: **200 мкг**
- Референтни стойности за деца и юноши: от **40мкг** до **200мкг**
- Състояния, свързани с увеличена нужда от фолиева киселина: при нарастване броя на бързо делящите се клетки – **бременност.**

Хиповитаминоза (рядко):

- При съчетаване на намален прием и увеличена потребност
- При нарушения в резорбцията или метаболизма на фолиевата киселина
- Продължителна употреба на някои лекартсва: противогърчови, орални контрацептиви, естрогени.

Прояви:

- Напрежение и безпокойство
- Отслабване на паметта
- Депресия
- Загуба на апетит
- Гингивит, стоматит
- Гастроинтестинални смущения
- Мегалобластна анемия

Фолиева киселина и бременност:

- Профилактика на spina bifida и анцефалия
- Необходимо е да се приема **минимум 3 месеца преди** забременяване и през **първите 2 месеца** на бременността.
- Профилактичният прием на фолиева киселина понижава с до **70%-80%** риска от дефект на невралната тръба при плода.

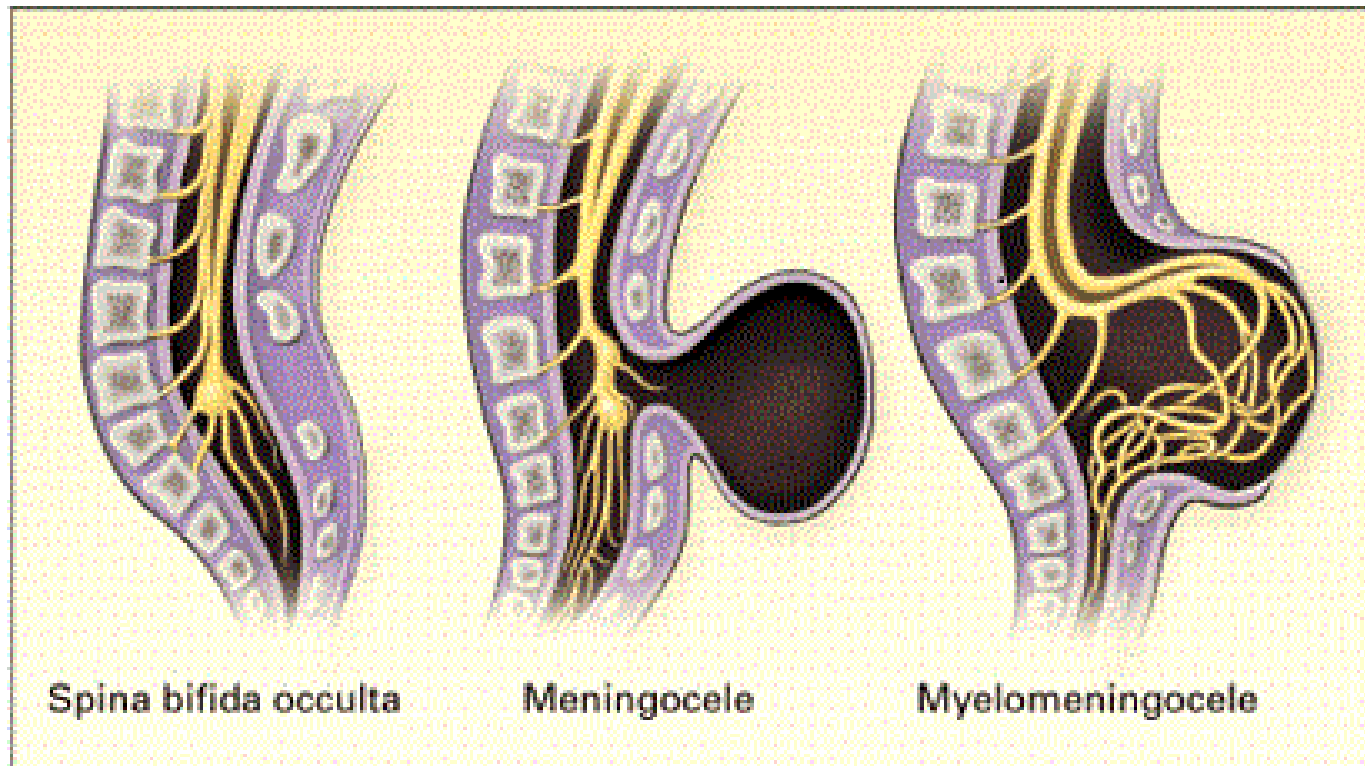
Дефицитът увеличава риска за:

- Вродени малформации
- Спонтанен аборт
- Преждевременно раждане
- Мъртво раждане
- Поднормено тегло на новороденото

Spina Bifida:

- “разцепен гръбнак”
- Аномалия в развитието на невралната тръба (25ти-28ми ден), от която се формират централния и гръбначния мозък
- При един или няколко съседни прешленни пръстени съществува разцепване (в областта на поясните, кръстцовите и опашните прешленни пръстени)

Открыти и скрити форми:



Spina bifida aperta:



Spina bifida occulta:



Усложнения:

- Хидроцефалия- 90%
- Дисплазия на тазобедрените стави 20%
- Нарушения във функциите на пикочната и отделителната системи 90%
- Деформация на ходилата 46%
- Пареза на долните крайници 80%

Изготвили:

- Клементина Монева
- Николета Манолова

Благодарим ви за вниманието !