

*Джавидпур А.А., Карими М.А.*

## **АНАЛИЗ ПРИМЕНЕНИЯ ВИТАМИНА К КАК ПИЩЕВОЙ ДОБАВКИ ДЛЯ ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ**

*Научный руководитель: ассист. Шестель И.В.*

*Кафедра патологической физиологии*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

Ишемическая болезнь сердца является основной причиной смертности в большинстве промышленно развитых стран. Ишемическая болезнь сердца может являться следствием патологического процесса, который характеризуется образованием кальцификатов и сужений в коронарных сосудах сердца, и на этой стадии не существует радикального лечения. Стоимость поддерживающего лечения и баллонных и хирургических вмешательств также высока. Поэтому очень важна ранняя диагностика и профилактика этого заболевания. Исследования показали, что выживаемость больных с кальцификацией и атеросклеротическими бляшками ниже, чем у больных без кальцификации коронарных артерий.

Витамин К был открыт в 1929 году, как необходимое вещество для свертывания крови. Этот витамин, наряду с витамином D3, играет важную роль в формировании костной ткани и профилактике заболеваний сердца. Двумя основными формами витамина К являются витамин К1 (филлохинон) и витамин К2 (менахинон).

Витамин К2 имеет несколько форм, наиболее важными из которых являются МК-4 и МК-7. Этот витамин активирует белки, участвующие в свертывании крови и метаболизме кальция. Одной из важнейших его задач является регулирование отложения кальция. Другими словами, усиливая кальцификацию костей, он предотвращает кальцификацию сосудов и почек.

Накопление кальция в артериях вокруг сердца является одним из факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний. Следовательно, все, что может уменьшить накопление кальция, может помочь предотвратить сердечные заболевания. Согласно исследованиям, дефицит витамина К2 связан с повышенным отложением кальция и кальцификацией коронарных артерий, что может привести к сердечно-сосудистым заболеваниям.

В ходе 7-10 - летнего исследования у людей, потреблявших достаточное количество витамина К2, риск кальцификации артерий был на 52 процента ниже, а риск смерти от болезней сердца — на 57 процентов ниже. Другое исследование также показало, что на каждые 10 микрограммов витамина К2, потребляемых в день, риск сердечно-сосудистых заболеваний снижается на 9%. Целью данного исследования было определение эффективности приема витамина К в качестве пищевой добавки для первичной профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.

Дефицит витамина К2 признан одним из факторов развития сосудистой кальцификации и остеопороза. Данные об использовании добавок витамина К2, представленные на данный момент, являются многообещающими. Однако для подтверждения этих предварительных результатов необходимы крупные исследования или сильные клинические корреляции дефицита витамина К2 и его патологических последствий.