

Υγεία των ματιών

Θρεπτικά συστατικά που προστατεύουν την όρασή σας

από την επιστημονική ομάδα **metapharm**

Η εκφύλιση της ωχράς κηλίδας του ματιού (AMD) με την πάροδο της ηλικίας οδηγεί όλο και περισσότερους ανθρώπους σε απώλεια της όρασης στις αναπτυγμένες χώρες. Η εκφύλιση της ωχράς κηλίδας οδηγεί σε μη αναστρέψιμη απώλεια της όρασης.

Συχνότερα αίτια αναφέρονται:

- η συχνή έκθεση στον ήλιο,
- κάποιο αυτοάνοσο νόσημα,
- ελλιπής συγκέντρωση στο μάτι βιολογικών ουσιών που βρίσκονται στους φωτούποδοχείς.

Από επιδημιολογικές έρευνες μέχρι το 1991 αποδείχθηκε ότι άτομα με καλή αντιοξειδωτική κατάσταση παρουσιάζουν μικρότερο κίνδυνο ανάπτυξης του εκφυλισμού του ματιού.

Στο Αμερικανικό Κέντρο Πολλαπλών Ερευνών δόθηκαν αντιοξειδωτικές βιταμίνες και β-Καροτένιο σε 520 ελεγχόμενα άτομα με εκφυλισμό ωχράς κηλίδας ματιού, εκ των οποίων τα 356 άτομα είχαν συγκριτικά καλύτερη ανάρρωση. Ο συνδυασμός εφοδιασμού καροτινοειδών L-Lutein συγκριτικά μειώνει τον κίνδυνο νόσησης, όπως επίσης στατιστικά φαίνεται και η θετική επιρροή των βιταμινών Α και Ε.

Μελέτες δείχνουν επίσης, ότι τα αντιοξειδωτικά συμπληρώματα που περιέχουν β-Καροτένιο, βιταμίνες Ε και C, μπορούν να καθυστερήσουν την εξέλιξη του καταρράκτη που σχετίζεται με την γήρανση (Ophthalmic Epidemiology). Ο σχηματισμός του καταρράκτη αφορά όλους τους ανθρώπους και γίνεται αισθητός συνήθως στην τρίτη ηλικία. Η μελέτη εξετάζει τροφές που μειώνουν την αρνητική επίδραση ελεύθερων ιόντων στο φακό του ματιού. Τα «οξειδωτικά» αυτά ιόντα σχηματίζονται είτε με την επίδραση της υπεριώδους ακτινοβολίας στον οφθαλμό είτε ως παραπροϊόντα του μεταβολισμού του ματιού. Τα αντιοξειδωτικά συμπληρώματα διατροφής σταθεροποιούν αυτά τα ιόντα μειώνοντας την αρνητική τους επίδραση στο σχηματισμό του καταρράκτη.

Η συγκέντρωση **Ψευδάργυρου** σε διάφορα σημεία του ματιού και ιχνοστοιχείων συμμετέχουν στη δράση των **μεταλλοενζύμων** z.B **Retinol-Dehydrogenase** ως καταλύτες με κεντρική σημασία στον μεταβολισμό του αμφιβληστροειδούς.

Οι υπεριώδεις ακτίνες προσκρούοντας σε οργανικά μόρια δημιουργούν εντός του ματιού ελεύθερες ρίζες, που μπορούν να προκαλέσουν βλάβες στην ωχρή κηλίδα και στον κρυσταλλοειδή φακό (καταρράκτης).

Επιπλέον, σημαντική δράση έχουν οι παρακάτω ουσίες:

Η **Λουτεΐνη** έχει την ιδιότητα να συγκρατεί το 30 – 40% της υπεριώδους ακτινοβολίας, πριν φθάσει στον αμφιβληστροειδή (έρευνες του Διεθνούς πανεπιστημίου της Φλόριντα), ενώ είναι ισχυρό αντιοξειδωτικό. Βελτιώνει σημαντικά την οπτική οξύτητα όσον πάσχουν από καταρράκτη.

Η **Μεθιονίνη** επίσης είναι μεταφορέας και αντιοξειδωτική ουσία διευρύνοντας και ανανεώνοντας την μικροτριχοειδή κυκλοφορία και στον οφθαλμό. Είναι ένα απαραίτητο θειούχο αμινοξύ, το οποίο ο άνθρωπος δεν μπορεί να συνθέσει. Απαιτείται για την δημιουργία του νουκλεϊνικού οξέως, τον σχηματισμό κολλαγόνου και τη σύνθεση πρωτεϊνών των κυττάρων. Θεωρείται το πιο βιολογικά ενεργό μεμονωμένο βιοφλαβονοειδές, το οποίο αναστέλλει την κυτταρική μετάλλαξη. Αναστέλλει την παραγωγή ενός ενζύμου υπεύθυνου για την μετατροπή της γλυκόζης σε σορβιτόλη. (Η σορβιτόλη εμπλέκεται σημαντικά στην ανάπτυξη συγκεκριμένων εκφυλιστικών διαβητικών καταστάσεων όπως ο καταρράκτης). Έχει ισχυρή αντιφλεγμονώδη δράση και ικανότητα να δυναμώνει τα τριχοειδή αγγεία. Βοηθά στην αναστολή της παραγωγής ισταμίνης και μειώνει την παραγωγή των φλεγμονωδών ουσιών που ονομάζονται λευκοτριαιίνες.

Ο **Χαλκός** βοηθά το σώμα να απορροφήσει και να χρησιμοποιήσει τον σίδηρο, συμμετέχει στον σχηματισμό των οστών, ενώ συνεργικά με την βιταμίνη C και τον Ψευδάργυρο συμμετέχει στον σχηματισμό ελαστίνης (ουσίας του συνδετικού ιστού). Ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα, βοηθά στη διατήρηση του μυϊκού τόνου συμμετέχει στη διαδικασία παραγωγής ενέργειας, στην επώλωση πληγών, στον καθορισμό του χρώματος μαλλιών και επιδερμίδας και στο σχηματισμό μελάνης που είναι το προστατευτικό περιβλήμα των νευρών.

Όλα τα παραπάνω αποδείχθηκε ότι μπορούν να βοηθήσουν στη διατήρηση της υγιούς όρασης, προστατεύοντας τόσο από επιβαρύνσεις του περιβάλλοντος, όσο και από την φυσιολογική φθορά που προκαλεί το γήρας.



ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΜΑΤΙΩΝ

MADIAVIT

Συμβάλλει στην αναστολή της διαδικασίας απώλειας όρασης που οφείλεται στον εκφυλισμό της ωχράς κηλίδας του ματιού (AMD). Βοηθά στη βελτίωση της μικροτριχοειδούς κυκλοφορίας και ταυτόχρονα προσφέρει ισχυρή αντιοξειδωτική προστασία.



...ΓΙΑ ΜΙΑ ΖΩΗ ΓΕΜΑΤΗ ΥΓΕΙΑ!

ΣΥΝΘΕΣΗ:

Λουτεΐνη 2,6 mg, **L-Κυστεΐνη** 6,9 mg, **Ζεαξανθίνη** 0,4 mg, **L-Μεθειονίνη** 25 mg, **Alpha Liponsaure** 25 mg, **Quercetin** 12 mg, **Ψευδάργυρος** 7,5 mg, **Σελήνιο** 25 μg, **Β-Καροτίνη** 2,5 mg (περιέχει **Vit A** 418 μg), **Vit B1** 3,3 mg, **Vit B2** 1,6 mg, **Παντοθενικό οξύ** 4,6 mg, **Φολικό οξύ** 50 μg, **Vit B6** 4,2 mg, **Vit B12** 3 μg, **Vit C** 85 mg, **Βιοτίνη** 35 μg, **Vit D** 1 μg, **Vit E** 2,3 mg, **Εκχύλισμα Ginkgo** 50 mg, **Εκχύλισμα από Κουκούτσι Σταφυλιών OPC** 13 mg, **Λιπαρά Ω3** 4,5 mg, **Ταυρίνη** 15 mg, **Νιασίνη** 48 mg, **Γύρη** 23 mg, **Χρώμιο**, **Χαλκός**, **Μαγγάνιο**.

“Ευφυή Σκευάσματα
Αποτελεσματικές Λύσεις”

metapharm
ΟΡΘΟΚΥΤΤΑΡΙΚΑ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Πηλέως 11 - Θεσσαλονίκη
Τ. 2310 234768, 2310 274224
F. 2310234786
info@metapharm.gr
www.metapharm.gr