

Medycyna Komórkowa

TUESDAY, SEPTEMBER 10, 2024 • NOWY SYSTEM OPIEKI ZDROWOTNEJ • MEDYCINA-KOMORKOWA.COM



Witamina C jest niezbędna do gojenia się ran

Prostym sposobem przyjmowania odpowiednich witamin można uniknąć wielu brzydkich blizn po skomplikowanych zabiegach chirurgicznych.

Nie jest to jednak nowa wiedza, bo już w 1937 r. chirurdzy z "Harvard Medical School" zauważyli znaczenie witaminy C w gojeniu się ran u pacjentów powracających do zdrowia po operacjach. Lekarze ci zauważyli, że wadliwe gojenie się ran występuje u pacjentów, którzy mają niski poziom witaminy C. Dlatego zalecali oni podawanie witaminy C.

Kolagen - tkanina naszego ciała

Kiedy goją się rany, rosną wymagania metaboliczne organizmu. W ciągu pierwszych kilku dni po poważnym urazie lub operacji, witamina C może spaść do dramatycznie niskiego poziomu. Bez dodatkowego zapasu witaminy C tworzenie nowej zastępczej tkanki łącznej między komórkami jest znacznie utrudnione. Ponadto bez witaminy C nowa tworzona tkanka może być krucha, uszkodzona a nawet może jej brakować. Większość tej tkanki łącznej to kolagen, który składa się z aminokwasów lizyny, proliny i glicyny. Połączone razem tworzą włókna kolagenowe, które są belkami konstrukcyjnymi, ścianami i rusztowaniami komórek ciała. Nawet pozornie nieorganiczne kości ciała składają się z drobno zorganizowanej struktury włókien kolagenowych. Enzymy niezbędne do tworzenia tych włókien kolagenu nie mogą funkcjonować bez witaminy C.

Lizyna i prolina są niezbędnymi elementami strukturalnymi kolagenu, które są wymagane w większym stopniu w miejscu gojenia się ran. Lizyna jest niezbędnym aminokwasem, którego ludzie nie są w stanie wyprodukować i musi być dostarczana przez dietę. Prolina natomiast jest wytwarzana przez ludzki organizm, ale może jej brakować podczas choroby. Niedobór lizyny lub proliny uniemożliwiłby również prawidłowe gojenie się ran, ponieważ są to główne materiały do wytwarzania tkanki łącznej.

Gojenie się ran wymaga wsparcia składników odżywczych

Badanie kliniczne opracowane przez Instytut Badawczy Dr Ratha wykazało, że codzienna suplementacja składników odżywczych budujących kolagen, takich jak witamina C, lizyna i prolina, znacznie przyspiesza gojenie się złamań kości. Badanie to potwierdziło kluczową rolę kolagenu kostnego w szybszym gojeniu się kości. Co istotne

pacjenci ci nie przyjmowali suplementów wapnia, powszechnie zalecanych do zachowania zdrowych kości. Zdrowy metabolizm kości wymaga zarówno mikroelementów budujących kolagen, jak i minerałów. Ponadto dane laboratoryjne Instytutu wykazały, że synergia witaminy C, lizyny, proliny, ekstraktu z zielonej herbaty, argininy i innych mikroelementów, pomaga w gojeniu się ran skóry i redukuje blizny.

Niedobory mikroelementów nadal są powszechne i dotyczą zarówno młodych, jak i starszych. Dlatego prosty środek, taki jak przyjmowanie suplementów diety, może pomóc w naprawie naszych skaleczeń, ran, oparzeń, złamanych kości oraz chirurgicznie uszkodzonych tkanek.

Więcej informacji z korzyści mikroelementów dla gojenia się ran i zdrowej skóry znajdziesz tutaj

Źródło: <https://www.dr-rath-foundation.org/2008/08/healing-the-wounds-or-having-surgery-dont-forget-the-vitamin-c>
