

D GURUX VITAMINLARI VA ULARNING AHAMIYATI

dots. M.M. Ikramova,
prof. Q.T.Tojiboev,
talaba M.R. Axmedova
Andijon davlat universiteti

Annotatsiya:

D guruhga kiradigan vitaminlar antiraxitik vitaminlardir. Odam va hayvon organizmida D vitaminining yetishmasligi raxit kasalligining kelib chiqishiga olib keladi.

Abstract:

D vitamins are antirachitic vitamins. Lack of vitamin D in human and animal body causes rickets

Kalit soʻzlar: organizm, vitamin, uglevodorod, element, suyak, ichak, qon, osteomalyatsiya, umurtqa, avitaminoz

Key vords: organism, vitamin, carbohydrate, element, bone, intestine, blood, osteomalacia, spine, avitaminosis

Xayvon organizmida D, D₁ D₂ va D₃ vitamini uchrab, ulardan eng ahamiyatlilari D₂ va D₃ vitaminidir. Ular bir-birlaridan tarkiblariga kiruvchi uglevodorod zanjirlarining tuzilishi bilan farq qiladi.

D vitaminlari inson, hayvon va parrandalar organizmlarida yetishmaganda kalsiy va fosfor elementlarining almashinuvi va demak suyakning hosil boʻlishi buziladi, chunki ozuqalar bilan isteʼmol qilingan kalsiy va fosforlar ichakdan qonga va undan suyak toʻqimalariga oʻtmay qoladi. Natijada inson va hayvonlarnint yoshlik davrlarida raxit, katta yoshlarida osteomalyatsiya (suyakning yumshoq boʻlib qolishi) hamda osteoforez (suyakning teshilishi) kasalliklari vujudga keladi. Raxit, osteomalyatsiya kasalliklari natijasida koʻpchilik suyaklar, ayniqsa boldir, koʻkrak qafasi, bosh suyagi kabilar egri oʻsa boshlaydi, yaʼni koʻkrak qafasi boʻrtib chiqib ketishi, oyoq suyaklarining egilishi, kalla suyagining yiriklashib yoki bir tomonga oʻsib ketishi, umurtqa suyaklari bukri koʻrinishli boʻlib qoladi. Parrandalar tuxumining poʻsti yupqalashib qoladi va hatto deyarli poʻstsiz tuxum tugʻadi. D avitaminozli organizmlarda ishqorli fosfataza fermentining faolligi 100—200 marta tezlashadi.

Keyingi yillarda D vitaminlarning organizmdagi biokimyoviy roli mukammal o'rganilmoqda.



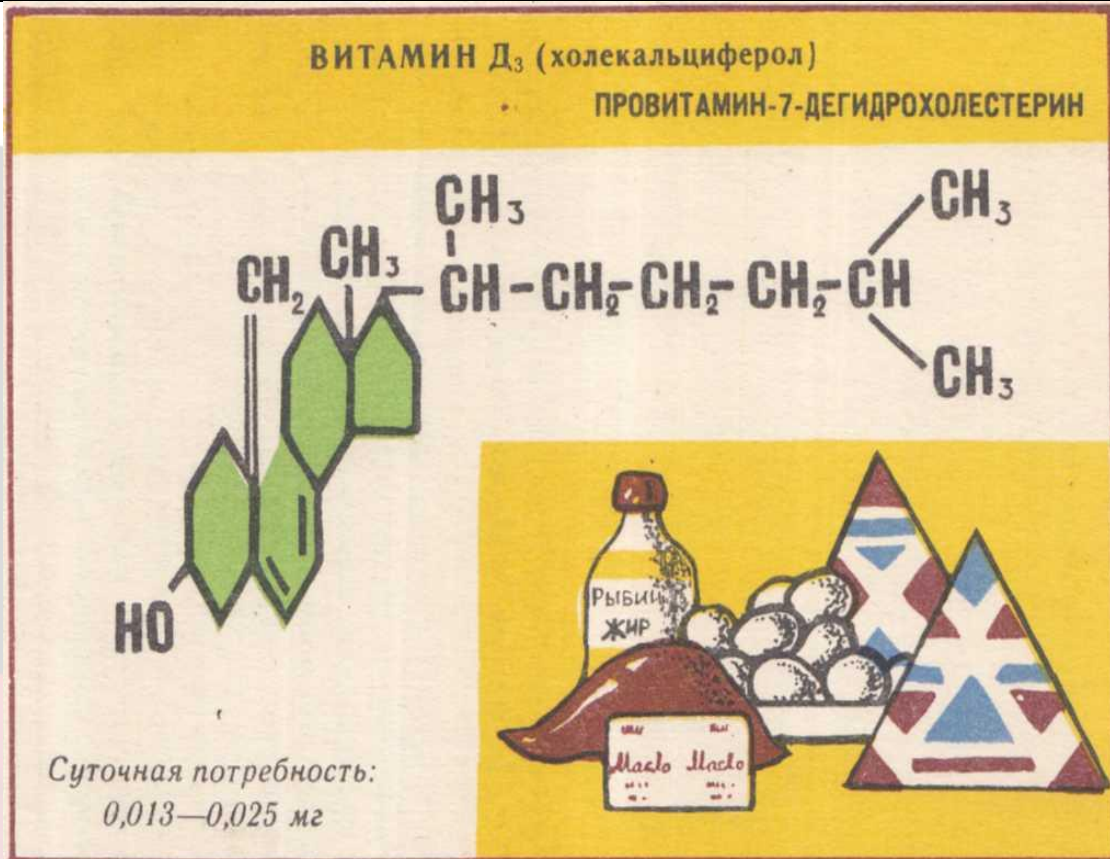
D₃ vitamini o'z -o'zicha biologik aktiv modda emas. Lekin u, biologik aktiv birikma sifatida tan olinadigan, gormonal aktivlikka ega bo'lgan (jigar va buyrakda sintezlanadigan) 1,25—digidroksixolekalsiferol deb ataluvchi ximiyaviy birikmani sintezlanishida ishtirok yetishligi aniqlangan.

D vitaminlari inson va hayvon organizmlarida kam yoki yetarli bo'lishining asosiy sabablaridan biri quyoshli kunlarning oz yoki ko'p bo'lishidadir.

ВИТАМИН Д₂ (эргокальциферол)
ПРОВИТАМИН-ЭРГОСТЕРИН

$$\begin{array}{c} \text{CH}_3 \\ | \\ \text{CH} - \text{CH} = \text{CH} - \text{CH}(\text{CH}_3) - \text{CH}(\text{CH}_3) - \text{CH}_3 \end{array}$$

Суточная потребность:
 0,013—0,025 мг



Amerikalik olim L. Leninjer fikriga ko'ra, quyosh nuri kam bo'ladigan mamlakatlarda katta yoshdagi odamlar sutkada 10 mk D vitaminlaridan iste'mol qilsa, yetarli deb hisoblanadi. Lekin ortiqcha, taxminan 1,5 mg qabul qilinsa, u zararli ta'sir etadi.

Yuqoridagi ma'lumotlar asosida aytish mumkinki, D vitaminlar (D2 va D3) ning asosiy tabiiy manbai ularning provitaminlari bo'lgan sterinlar hisoblanadi. D₂ vitaminining provitamini ergosterin achitqilarda, makkaning so'talagan paytida ko'p bo'ladi, boshqa o'simliklarda esa juda kam bo'ladi. Lekin bevosita D vitaminlarining tabiiy manbalari qatoriga baliq moyi, baliq uni, tuxum sarig'i, sut kiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Bukin V.N. Витамины. М., Пищepromizdat, 1990
2. Kryu J. Bioximiya, М., 2 Meditsina», 2001
3. Yakovlev N.N. Ximiya dvijeniya. Gl. 1-111. –I., 1983.
4. Tojiboev Q.T., Ikramova M.M. Vitaminlar va ularning ahamiyati.
5. Andijon. 2020 y
6. Xasanov M.M. Hayvonlar biokimyosi. Toshkent. 1999 y
7. Xasanov M.M., Jubekov N.J. Biologik aktiv moddalar. Samarqand. 1991.