

# **Изучение аптечного ассортимента БАД и лекарственных средств для снижения веса**

Научное исследование

# Научное исследование Изучение аптечного ассортимента БАД и лекарственных средств для снижения веса

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=70480360](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70480360)  
SelfPub; 2024*

## **Аннотация**

БАД – это биологически активная добавка. По факту БАДы не являются лекарством. Они лишь помогают организму получить нужные для нормального функционирования элементы или, наоборот, избавиться от вредных токсинов. Добавки легко усваиваются организмом, а потом выводятся, как и обычные продукты питания. БАДы для похудения – это особая категория. Они действительно помогают снизить вес. Действуют добавки по-разному. Одни подавляют голод, другие ускоряют обмен веществ, третьи выводят лишнюю жидкость из организма. По заверениям создателей, в их составе только натуральные вещества, которые не должны наносить вред организму. Администрация сайта Литрес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста

# Содержание

Введение	4
Глава 1. Теоретическое изучение БАД и лекарственных средств для снижения веса	7
1.1. Анализ действия БАД и лекарственных средств для снижения веса	7
Конец ознакомительного фрагмента.	14

# **Научное исследование Изучение аптечного ассортимента БАД и лекарственных средств для снижения веса**

## **Введение**

**Актуальность темы исследования.** Избыточная масса тела (ИМТ) и ожирение – одни из самых распространенных алиментарных заболеваний, которые наносят существенный вред здоровью, являются фактором риска для возникновения и развития других опасных патологий: сердечнососудистых, онкологических, эндокринных, что укорачивает человеческую жизнь и делает ее неполноценной. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) более 1 млрд. населения страдает ИМТ и ожирением, что позволяет признать этот феномен как неинфекционную эпидемию XXI века и диктует необходимость разработки соответствующих международных и национальных

мероприятий по ее профилактике. В Нашей стране у 50% взрослого населения регистрируется ИМТ, 30% имеет ожирение той или иной степени.

В последние годы в большинстве стран мира отмечается значительный рост распространенности ожирения, как среди взрослого, так и детского населения. Во многих экономически развитых странах за последнее десятилетие распространенность ожирения увеличилась вдвое. По прогнозам экспертов ВОЗ, при сохранении существующих темпов роста заболеваемости к 2025г. в мире будет насчитываться более 300 млн., страдающих ожирением.

Сегодня на рынке присутствует множество средств, предназначенных для снижения веса.

БАД – это биологически активная добавка. По факту БАДы не являются лекарством. Они лишь помогают организму получить нужные для нормального функционирования элементы или, наоборот, избавиться от вредных токсинов. Добавки легко усваиваются организмом, а потом выводятся, как и обычные продукты питания. БАДы для похудения – это особая категория. Они действительно помогают снизить вес. Действуют добавки по-разному. Одни подавляют голод, другие ускоряют обмен веществ, третьи выводят лишнюю жидкость из организма. По заверениям создателей, в их составе только натуральные вещества, которые не должны наносить вред организму.

**Объект исследования** – БАД и лекарственные средства

для снижения веса.

**Предмет исследования** – влияние БАД и лекарственных средств на снижение веса.

**Цель исследования:** Проанализировать аптечный ассортимент БАД и лекарственных средств для снижения веса.

**Задачи исследования :**

1. Изучить медицинскую литературу на предмет БАД и лекарственных средств на снижение веса.
2. Рассмотреть побочные эффекты и противопоказания применения БАД и лекарственных средств для снижения веса
3. Проанализировать аптечный ассортимент БАД и лекарственных средств для снижения веса.

В основу методологии были положены общенаучные (теоретический, эмпирический, метод информационного поиска), междисциплинарные (системный подход) и специальные (фармакоэкономический анализ, маркетинговый анализ) методы исследования.

Структурно работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка литературы. Работа содержит 16 рисунков. Объем работы составляет 32 печатных листа.

# **Глава 1. Теоретическое изучение БАД и лекарственных средств для снижения веса**

## **1.1. Анализ действия БАД и лекарственных средств для снижения веса**

Избавиться от лишнего веса – непростая задача. Чтобы достичь цели, придется пересмотреть образ жизни и рацион питания, уделить время физнагрузкам. В дополнение к этому можно прибегнуть к приему специальных средств – БАДов, способствующих снижению веса.

Понять, действительно ли нужно снижать вес, поможет расчет индекса массы тела. Формула вычисления проста: вес (в килограммах) необходимо разделить на рост (в метрах), взятый в квадрат[13].

Настоящих лекарственных препаратов для похудения всего два: в состав первой категории входит способствующее похудению вещество сибутрамин, в состав второй категории – действующее вещество орлистат. Первый препарат отпуска-

кается исключительно по рецепту врача, второй можно приобрести без рецепта, но за достаточно большие деньги. Все остальное – не лекарственные препараты, а биологически активные добавки, которые тоже обладают определенными свойствами и используются диетологами во всем мире.

Важно понимать, что БАДы нужны для обогащения рациона определенными веществами и не являются лекарственными средствами. Впрочем, проверку безопасности эти препараты все равно проходят[9].

Для изготовления биологически активных добавок используют сырье растительного, животного и минерального происхождения. Как правило, в состав препарата включают сразу несколько компонентов. БАДы могут содержать витамины, фитогормоны, аминокислоты, антиоксиданты, минералы, микроэлементы, жирные полиненасыщенные кислоты, пищевые волокна и так далее. [15]

[Некоторые программы для похудения включают не только специальную диету, но и прием препаратов, нормализующих обменные процессы.](#)

У БАДов для похудения может быть различный механизм работы. Одни усиливают метаболизм и ускоряют процесс жиросжигания, другие препятствуют усвоению жиров и углеводов, третьи снижают аппетит. Но обо всем по порядку. Рассмотрим основные группы БАДов, способствующих похудению.

## **Жиросжигающие добавки**

Стимуляция процесса сжигания жиров, как ни странно, может быть реализована по-разному. Важно понимать, что компоненты БАДов не способны расщеплять жиры напрямую: они лишь определенным образом стимулируют этот процесс.

В большинстве случаев, говоря о жиросжигателях, подразумевают именно те биодобавки, которые ускоряют обменные процессы в организме (в частности, липолиз – процесс расщепления жиров на жирные кислоты). Делают они это за счет повышения температуры тела и активизации работы ЦНС. БАДы с подобным механизмом действия еще называют термогениками. К данной группе относят, например, средства с кофеином или экстрактом гуараны. Необходимо помнить, что у пищевых добавок могут быть побочные эффекты. Так, термогеники способны провоцировать повышение артериального давления, проблемы со сном и раздражительность.

К жиросжигателям иногда относят и липотропики. Они способствуют транспорту и обмену липидов. Проще говоря, такие БАДы помогают доставлять молекулы жира в мышцы, где те расходуются как топливо. Одним из самых популярных липотропиков считается заменимая аминокислота L-карнитин. Впрочем, по поводу ее эффективности существует и альтернативное мнение. Согласно некоторым исследованиям, концентрация L-карнитина практически не изменяется даже при употреблении больших доз, да и в целом

прием вещества не влияет на вес и актуален, только если нарушена выработка карнитина в организме[3]. К слову, у липотропиков тоже могут быть побочные действия, например аллергические реакции.

Препараты для похудения различаются по принципу действия на организм, но все они призваны решить следующие задачи[6]:

- улучшить действие диеты и физической нагрузки;
- помочь эффективно снизить вес;
- предотвратить возврат сброшенных килограммов;
- улучшить показатели обмена веществ;
- на долгое время сформировать приверженность к здоровому питанию и новому образу жизни;
- мотивировать худеющего на успех.

Некоторые применяемые ранее препараты ушли в прошлое. Сегодня медикаменты для снижения веса обязательно должны иметь известный механизм действия, быть безопасными при длительном применении и иметь лишь слабые, преходящие побочные эффекты. Ниже перечислены средства для похудения, применяемые в настоящее время.

### **Жиросжигающие**

Если жир откладывается в подкожной клетчатке, это значит, что его образование преобладает над расщеплением. Здесь могут помочь жиросжигатели [11]. По своему действию эти препараты способны ускорять расщепление жиров и увеличивать расход энергии, а некоторые ещё и тормо-

зят процесс отложения жира в тканях. Однако эти средства трудно дозировать, а из-за сложного состава могут возникать неожиданные нежелательные эффекты со стороны других органов и систем.

Есть среди жиросжигателей и «тяжелая артиллерия». Такие препараты ускоряют обменные процессы в самих жировых клетках из-за воздействия на особые сигнальные молекулы – бета3-адренорецепторы. В результате жировая клетка начинает усиленно «сжигать» собственные жировые накопления. Возможность широкого применения средств данной группы пока изучается. [17]

### **Центрального действия**

Препараты центрального действия (аноректики) напрямую влияют на головной мозг, активируют центр насыщения и угнетают центр голода, таким образом «убеждая» организм в том, что он сыт. Понижая аппетит, они способствуют уменьшению количества съедаемой пищи и образованию новых жировых отложений. Это сильнодействующие препараты со значительным количеством побочных эффектов, к которым относятся бессонница, беспокойство, повышение артериального давления и другие. Из-за подобного риска и высокой степени привыкания препараты центрального действия применяются только по назначению специалиста, а в ряде стран вообще запрещены.

### **Периферического действия**

Эти препараты работают в пределах желудочно-кишечно-

го тракта и не влияют на организм в целом. Средства данной группы не дают жирам всасываться в кишечнике. Достигается это через угнетение липазы – фермента, расщепляющего пищевые жиры на более мелкие молекулы, способные всасываться через кишечник. Без липазы переваривание жиров нарушается, и они покидают организм через кишечник в неизменённом виде. Ингибиторы липазы уменьшают всасывание жиров примерно на 30 % [4]. Однако вместе с жирами нарушается всасывание и жирорастворимых витаминов. У препаратов данной группы встречаются побочные эффекты в виде нестерпимых позывов на дефекацию, диареи, вздутия и болей в животе, тошноты и рвоты.

### **Гормональные**

Некоторые гормоны способны ускорить расщепление и выведение жира. Таким эффектом обладают, например, гормоны щитовидной железы [6]. Они ускоряют обмен веществ, увеличивают расход энергии и способствуют распаду жиров с образованием энергии, которая преобразуется в тепло. Это может сопровождаться подъёмом температуры тела на 0,5-2°С [1]. Под влиянием щитовидных гормонов жир из жировых запасов начинает усиленно распадаться, ускоряется выведение воды из организма. В итоге масса тела уменьшается.

Препараты гормонов щитовидной железы не используются для похудения, они применяются при проблемах с самой железой, которые зачастую сопровождаются набором веса.

Перспективным средством для похудения считаются некоторые кишечные гормоны. [19]

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.