



► ЗАЩО ВИТАМИН К2 Е ПО-РАЗЛИЧЕН, ЕФИКАСЕН И БЕЗОПАСЕН..... 1



► ПРЕДПАЗВА ЛИ ВИТАМИН К2 ОТ ДИАБЕТ? 1



► ВИТАМИН К2 ПОДОБРЯВА КАРБОКСИЛИРАНЕТО НА ОСТЕОКАЛЦИНА 2

О БРОЙ 3 | О Февруари | О 2012

Витамин К2

focus

ИЗТОЧНИК НА НАУЧНА ИНФОРМАЦИЯ ЗА РОЛЯТА НА ВИТАМИН К2 ЗА ЧОВЕШКОТО ЗДРАВЕ.

През последните години Витамин К2 се превърна от малко известна форма на Витамин К в най-изследвания витамин. Многобройни изследвания проведени във водещи научни центрове в света демонстрират ролята на Витамин К2 за човешкото здраве.

Защо Витамин К2 е по-различен, ефикасен и безопасен?

Наскоро публикувано в *British Journal of Nutrition* научно изследване, проведено от водещия екип на проф. Cees Vermeer от Университета в Маастрихт, Холандия, дава обяснение защо Витамин К2, дори когато се приема в ниски дози с храната или като хранителна добавка, се отличава с висока ефективност и подобрява значително здравето на костната и сърдечно-съдовата

системи, като в същото време приемът му не се свързва с отрицателни ефекти, характерни за други витамини от групата К.

Витамин К е необходим за карбоксилирането на т.н. Гла-протеини в черния дроб, които са факторите, определящи коагулацията на кръвта, а също и в тъканите извън черния дроб, например в костите - **остеокалцина**... (на стр.2)



Проф. Cees Vermeer



Предпазва ли Витамин К2 от диабет?

Екип от Колумбийския медицински университет в САЩ публикува изненадващо откритие за връзката между костната система и регулирането на кръвната захар. Според учените участвали в изследването, досега не е било известно, че **остеокалцина**, чиято функция зависи пряко от Витамин К2, играе такава важна роля в регулирането на ендокринната система.

(Очаквайте повече в следващия брой на Витамин К2 focus)

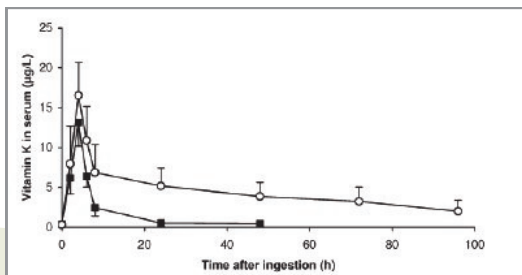


Защо Витамин K2 е по-различен, ефикасен и безопасен?

(Продължение от стр. 1)

...и в артериалните стени (Матричният Глупротейн или MGP). При нормални условия, факторите на коагулация в черния дроб са напълно карбоксилирани, т.е. ефективни, но между 10% и 40% от **остеокалцина** (OC) и MGP не са карбоксилирани, т.е. неефективно изпълняват своята функция да транспортират калция от кръвоносната система към костите, където е необходим. Приема на малки дози Витамин K2 (малки дози се дефинират като 45 мкг Витамин K2 на ден) осигурява именно тази необходима концентрация на Витамин K2 в тъканите извън черния дроб, която да позволи карбоксилането на OC и MGP и да им позволи да изпълняват своята физиологична роля.

Често задаван въпрос относно безопасността на Витамин K2 е дали



Фигура 1: Разлика в плазмените концентрации след еднократен прием на Витамин K2 (○) и Витамин K1 (●)

допълнителният прием не се отразява на тромбин активирани фактори. При проведеното изследване се използва автоматизирана тромбография, която показва, че допълнителният прием на Витамин K2 не се отразява в завишаване на тромбиновия капацитет.

Това изследване още веднъж потвърждава заключението на Европейския орган за безопасност на храните, че редовният прием на 45 мкг натурален Витамин K2 е напълно безопасен и се отразява положително на здравето на костната и сърдечно съдовите системи.

Паралелно изследване показва защо Витамин K2 действа по различен начин от Витамин K1. Определяйки плазмените концентрации след еднократен и многократен прием се установява, че Витамин K1 се елиминира бързо от организма и значителни концентрации се постигат единствено в черния дроб, докато Витамин K2 има значително по-дълъг полуживот и при редовен прием след около две седмици се постига стабилна плазмена концентрация, която позволява правилното карбоксилане на MGP и **остеокалцина**.

Библиография: Theuvsen, Cranenburg, Knapen, Magdeleyns, Teunissen, Schurgers, Smit and Vermeer, "Low-dose menaquinone-7 supplementation improved extra-hepatic vitamin K status, but had no effect on thrombin generation in healthy subjects." British Journal of Nutrition, February 2012

ВИТАМИН K2
ПОДОБРЯВА
КАРБОКСИЛИРАНЕТО
НА ОСТЕОКАЛЦИНА.



Поради своята липофилна структура, Витамин K2 е добре разтворим в зехтин. Целта на проведеното изследване е дали ако Витамин K2 се добави и консумира със зехтин ще бъде ефикасен. Обхванати са 12 доброволци, които консумират 20 мл зехтин обогатен с 45 мкг Витамин K2 като менахинон-7 и ежедневно се провеждат измервания за съдържанието на Витамин K2, карбоксилан остеокалцин (сOC) и некарбоксилан остеокалцин (ucOC). Установява се, че редовната консумация на 45 мкг Витамин K2 значително повишава плазмената концентрация на Витамин K2 (менахинон-7), завишава концентрацията на карбоксилан остеокалцин (сOC) и увеличава значително отношението cOCA: ucOC. По този начин се доказва, че пиема на Витамин K2 съхранява основния биохимичен механизъм контролиращ минерализацията на костите.

Библиография: F.Brugè, T.Bacchetti, F.Principi, G.P. Littarru and L.Tiano (2011). "Olive oil supplemented with menaquinone-7 significantly affects osteocalcin carboxylation." British Journal of Nutrition, 106, pp 1058-1062



ОСТЕОКАРДИКС® съдържа 45 мкг натурален Витамин K2. Остеокардикс® е разработен в сътрудничество с български и европейски научни институти. Качественият контрол на всяка партида се извършва от аналитичната лаборатория на VitaK Холандия под ръководството на професор Cees Vermeer.

За контакти: ИТЕК Фарма продукти
тел. 0800 20 606,
Email: pharma@itec.bg

Европейската агенция за безопасност на храните (EFSA) препоръчва ежедневен прием от 45 мкг Витамин K2.

Копие на цитираните публикации в изданието може да бъдат поискани чрез емайл на pharma@itec.bg. Osteocardix® е хранителна добавка и не е заместител на разнообразното хранене. Остеокардикс® е запазена търговска марка на ИТЕК ЕООД.
Издава: ИТЕК Фарма продукти, тел. 0800 20 606, e_mail: pharma@itec.bg