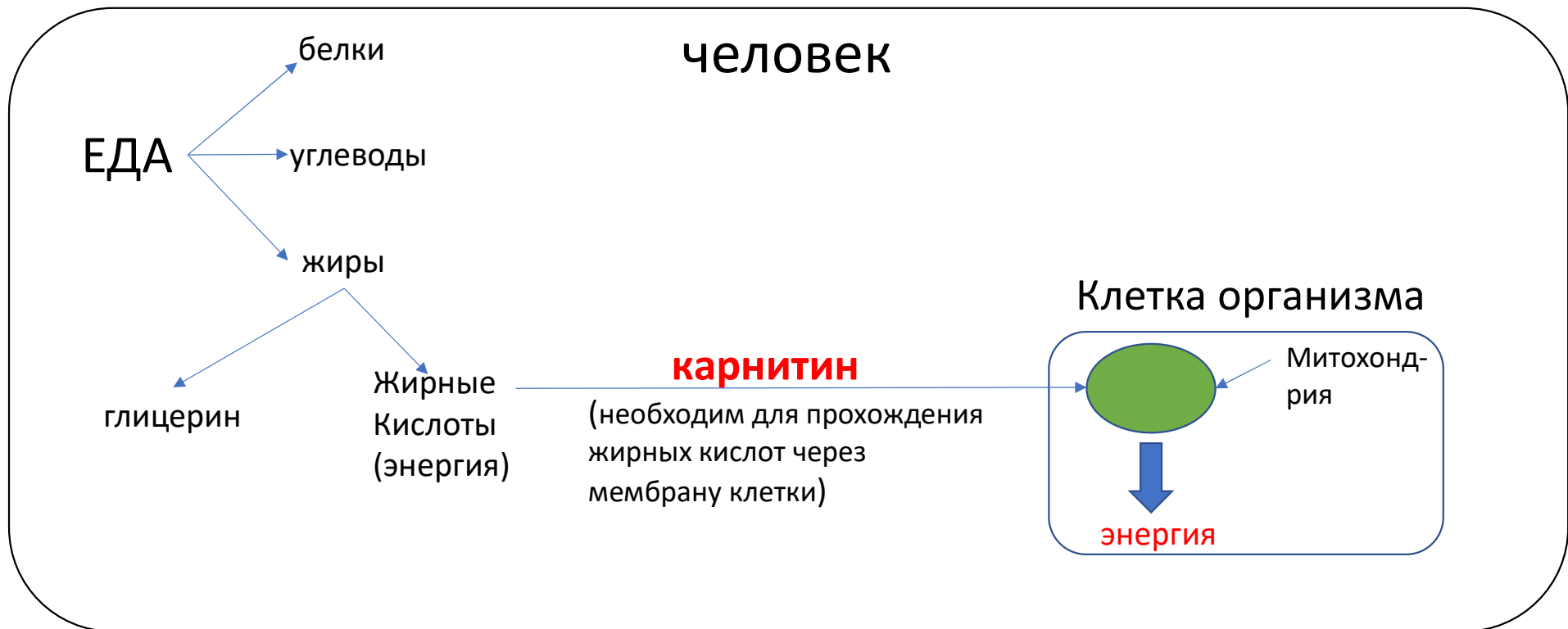


Зачем нужен карнитин



Роль L-карнитина в организме человека: энергетический обмен, улучшает белковый и жировой обмен, улучшает усвоение пищи, оказывает анаболическое действие, увеличивает запасы гликогена в печени, улучшает снабжение тканей кислородом, повышает выносливость.

Роль карнитина при ММА/ПА

$R-CH-COOH$ (Общая формула аминокислот: валин, метионин, изолейцин, треонин)



NH_3 (Отщепляется аммиак)

$R-CH_2-COOH$ (Образуются Метилмалоновая и Пропионовая кислоты)



Л-карнитин



$R-CH_2-CO-$ карнитин (Карнитин связывается с кислотами с образованием безопасных эфиров, которые выводятся из организма)

НО! Идут потери карнитина, т.к. эфиры удаляются из организма

Карнитин в организме синтезируется из лизина и метионина, а при ММА/ПА метионина очень мало в диете, т.о. карнитина мало

Обязательный прием Л-карнитина
В дозе 100мг/кг постоянно