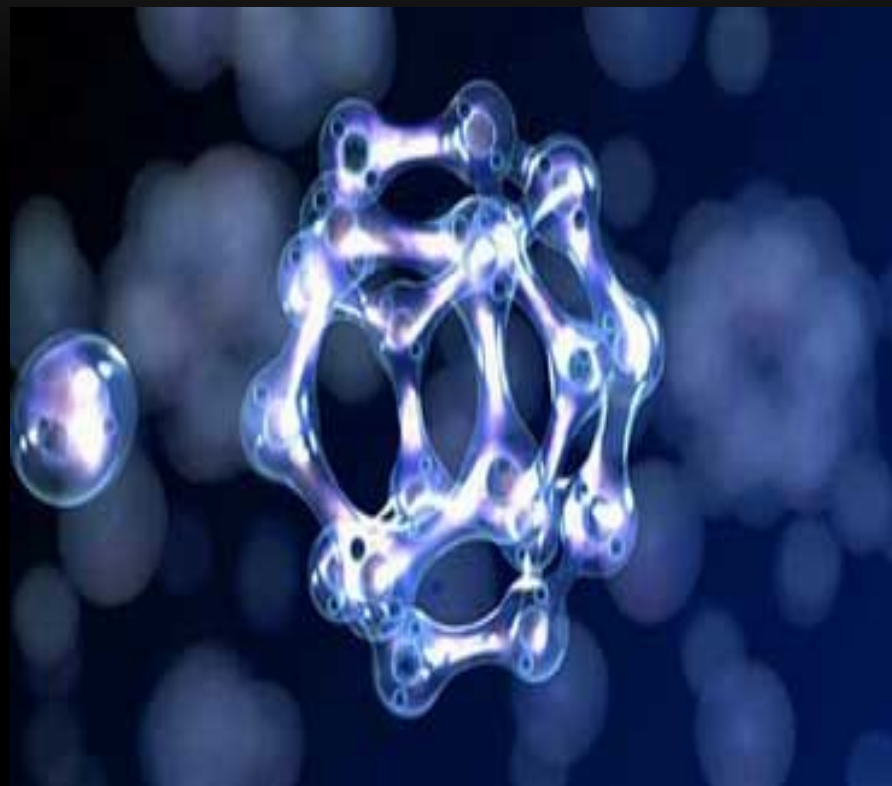


# МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЫЩЕСТВА

---

Выполнил : Арстанбеков Мырзабек

МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА  
– ЭТО ОДИН ИЗ  
ВАЖНЕЙШИХ  
КОМПОНЕНТОВ НАШЕГО  
ПИТАНИЯ, БЕЗ НИХ  
НЕВОЗМОЖНО  
ПРАВИЛЬНОЕ ПРОТЕКАНИЕ  
ЖИЗНЕННО ВАЖНЫХ  
ПРОЦЕССОВ В ОРГАНИЗМЕ,  
ОНИ ОБЕСПЕЧИВАЮТ  
ПРАВИЛЬНОЕ  
ФОРМИРОВАНИЕ  
ХИМИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЫ  
ВСЕХ ТКАНЕЙ ЧЕЛОВЕКА И,  
РАЗУМЕЕТСЯ, МЫШЕЧНОЙ,  
В ТОМ ЧИСЛЕ.

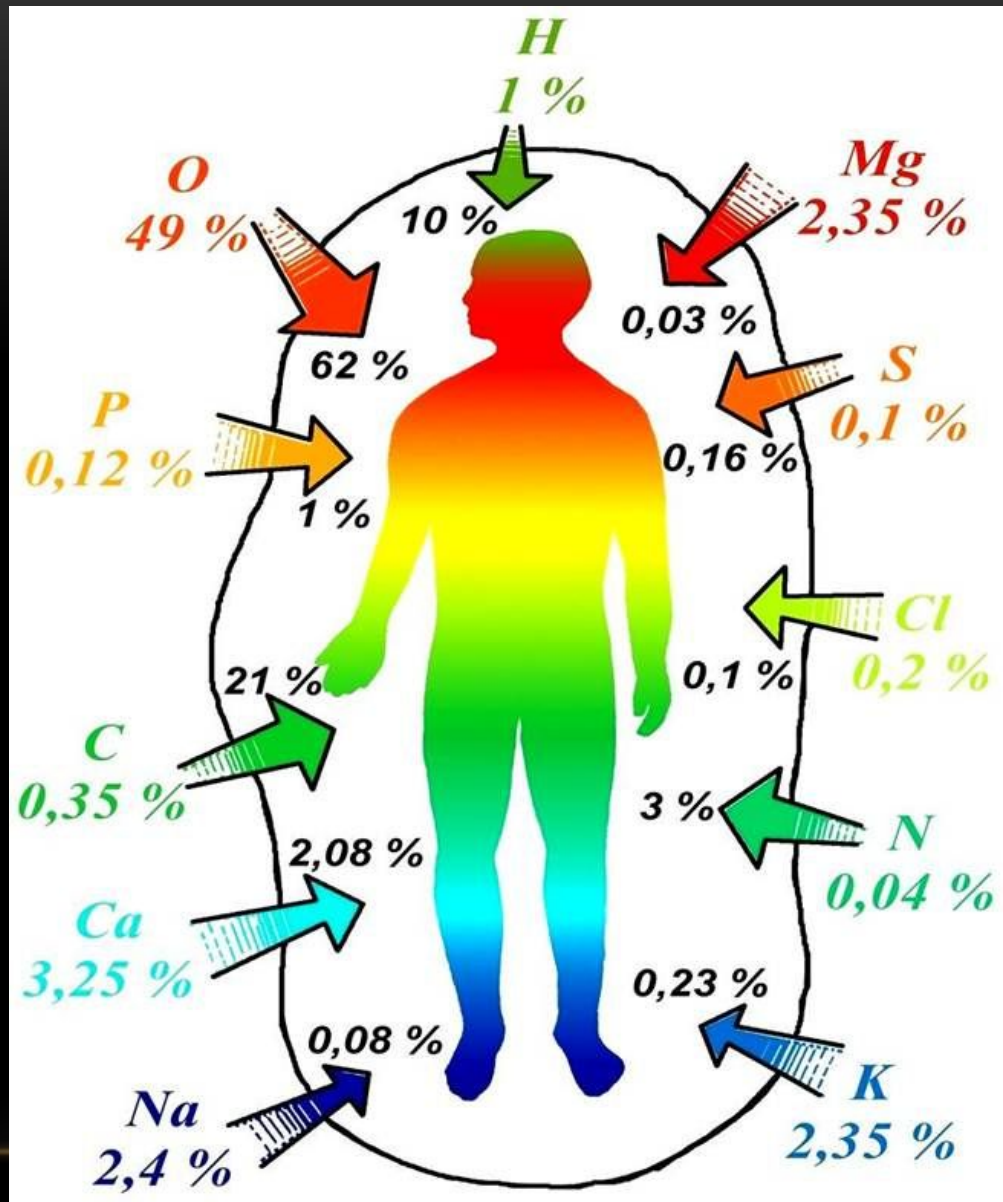


МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА,  
ТАКЖЕ, ОБЕСПЕЧИВАЮТ  
СОКРАЩЕНИЕ МЫШЦ,  
ЭНЕРГЕТИКУ МЫШЦ, ИХ  
ПЕРВУЮ ПРОВОДИМОСТЬ И  
ВОДНО-ЭЛЕКТРОЛИТНЫЙ  
БАЛАНС. МИНЕРАЛЫ МОГУТ  
БЫТЬ СТРУКТУРНЫМИ  
ЕДИНИЦАМИ ДЛЯ  
ФОРМИРОВАНИЯ  
РАЗЛИЧНЫХ ТКАНЕЙ,  
ЯВЛЯЮТСЯ  
СОСТАВЛЯЮЩИМИ  
ФЕРМЕНТНЫХ СИСТЕМ,  
ВИТАМИНОВ И ГОРМОНОВ.



ВСЕ МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА, ПРИСУТСТВУЮЩИЕ В НАШЕМ ОРГАНИЗМЕ, МОЖНО УСЛОВНО РАЗДЕЛИТЬ НА МАКРОЭЛЕМЕНТЫ И МИКРОЭЛЕМЕНТЫ.

- Макроэлементы – минеральные вещества, содержащиеся в организме в, относительно, больших количествах, это: железо, кальций, натрий, фосфор, магний, калий, сера, хлор.
- Микроэлементы – минеральные вещества, содержащиеся в организме в, относительно, малых количествах, это: цинк, марганец, медь, фтор, хром, никель, кобальт и другие.



МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА НЕ ОБЛАДАЮТ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ЦЕННОСТЬЮ, КАК БЕЛКИ, ЖИРЫ И УГЛЕВОДЫ. ОДНАКО БЕЗ НИХ ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА НЕВОЗМОЖНА. ОСОБЕННО ВАЖНА ИХ РОЛЬ В ПОСТРОЕНИИ КОСТНОЙ ТКАНИ. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА УЧАСТВУЮТ В ВАЖНЕЙШИХ ОБМЕННЫХ ПРОЦЕССАХ ОРГАНИЗМА: ВОДНО-СОЛЕВОМ И КИСЛОТНО-ЩЕЛОЧНОМ. МНОГИЕ ФЕРМЕНТАТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ В ОРГАНИЗМЕ НЕВОЗМОЖНЫ БЕЗ УЧАСТИЯ ТЕХ ИЛИ ИНЫХ МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ.



**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ :)**

