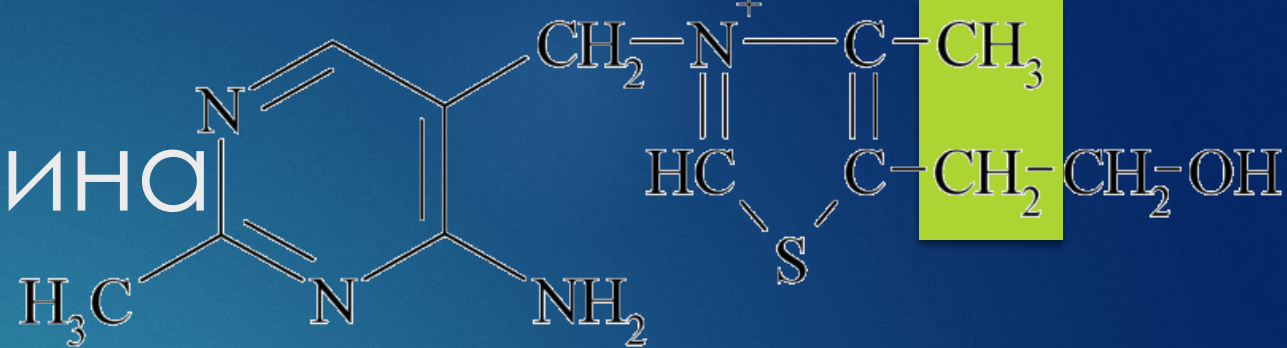


# Определение Тиамина



- ▶ **Тиамин** — водорастворимый витамин, соединение, отвечающее формуле  $C_{12}H_{17}N_4OS$ . Бесцветное кристаллическое вещество, хорошо растворимое в воде, нерастворимое в спирте. Разрушается при нагревании. На сегодняшний день известно четыре формы тиамин в организме человека это: нефосфорилированный тиамин, тиамин монофосфат, тиамин дифосфат и тиамин трифосфат. Тиамин дифосфат является самой распространенной формой тиамин.
- ▶ Известный, как витамин  $B_1$ , тиамин играет важную роль в процессах метаболизма углеводов, жиров и протеинов. Тело человека может хранить до 30 мг тиамин в тканях. Тиамин в основном сосредоточен в скелетных мышцах. Другие органы, в которых он найден — это мозг, сердце, печень и почки. Вещество необходимо для нормального протекания процессов роста и развития и помогает поддерживать надлежащую работу сердца, нервной и пищеварительной систем. Тиамин, являясь водорастворимым соединением, не запасается в организме и не обладает токсическими свойствами. Дефицит тиамин возникает при низком приеме, плохом питании и чрезмерном употреблении алкоголя. Дефицит тиамин приводит к синдрому Корсакова-Вернике и авитаминозу. Эти расстройства характеризуются неисправностями в нервной системе, которые могут быть восстановлены при высоком уровне потребления тиамин и соответствующей диете.