

<p>Регуляция активности иммунной системы</p>	<p>Цинк, биофлаваноиды, полисахариды, олигосахариды, витамин С – поддержание функциональной активности различных звеньев иммунной системы</p> <p>Пищевые волокна (β – глюканы, фитиновая кислота) – участие в формировании неспецифического иммунитета</p>
<p>Участие в процессах кроветворения (многоступенчатый процесс кроветворения – одна из показательных иллюстраций синергизма нескольких функционально связанных микронутриентов)</p>	<p>Витамин С, никель, медь – усвоение и трансформация F(II) в Fe(III)</p> <p>Витамин В6, цинк – синтез протопорфиринов (предшественников гемоглобина)</p> <p>Витамин В12, фолиевая и аротовая кислоты – синтез нуклеиновых кислот и белка Fe(III) – в структуру гемоглобина</p>
<p>Регуляция свертываемости крови</p>	<p>Витамин К – контролер свертываемости</p> <p>Магний, витамин Е, биофлаваноиды, α – 3, фитоэстрогены – антикоагулянты и антиагреганты</p>
<p>Регуляция возбудимости миокарда и сосудистого тонуса (тесно связано с регуляцией свертываемости крови, электролитным балансом)</p>	<p>L-аргинин, калий, кальций, магний – гипотензивное действие</p>