

نقش ویتامین E در پوست چیست؟

دکتر عباس انتظاری متخصص پیشگیری از بیماری های و عضو هیئت علمی وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی و عضو آکادمی زیبایی آمریکا ...



سلامت نیوز : دکتر عباس انتظاری متخصص پیشگیری از بیماری های و عضو هیئت علمی وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی و عضو آکادمی زیبایی آمریکا در گفتگو با خبرنگار بهداشت و درمان باشگاه خبرنگاران اظهار کرد: ویتامین E یک ویتامین محلول در چربی است و از انواع مختلف توکوفرول α ، β ، γ ، δ تشکیل شده است که در این بین نوع α - توکوفرول بالاترین فعالیت را دارد. انتظاری تصریح کرد: مهم ترین نقش ویتامین E آن است که بعنوان ضد رادیکال آزاد (antioxidant) عمل کرده و پوست را در مقابل نور خورشید محافظت می کند.

وی افزود: ویتامین E بعلت چربی دوست (Lipophilic) بودن در غشاء سلولها وجود دارد و می تواند در خیلی سریع با رادیکالهای آزاد و اکسیژن ترکیب شده و اسیدهای چرب غیر اشباع را بخصوص در غشاء محافظت کند. این متخصص تاکید کرد: به نظر می رسد که α - توکوفرول در زنجیره انتقال تنفسی هم نقش داشته یعنی کمک به انتقال الکترون ها به پوبیکوئینون (کوآنزیم 10) می کند. انتظاری خاطر نشان کرد: نقش دیگر ویتامین E جلوگیری از اکسیداسیون LDL و تشکیل اترو سکروز است.