

Янтарная кислота используется в медицине, диетологии и косметологии. Она не только ускоряет обмен веществ, но и возвращает организму тонус. Важно знать, что янтарная кислота не имеет прямого отношения к минералу янтарь.

## Что такое янтарная кислота?

Янтарная кислота была получена промышленным путем в XVII веке при обработке камня, и поэтому носит такое название. Научное название кислоты — бутандионовая. В организме человека она тоже есть и эта кислота участвует в процессах дыхания клеток, является звеном энергетического обмена, расщепляя глюкозу и синтезируя аденозинтрифосфат.

Янтарная кислота — побочный продукт, который образуется при получении адипиновой кислоты. Другие способы получения кислоты — окисление углеводов или извлечение из отходов янтаря. Что поможет держать мозг в тонусе? Подробнее

## Чем полезна янтарная кислота?

В основном тем, что оказывает противовоспалительное действие. Ее используют, когда лечат почки, печень, астму, ОРЗ, а еще тонзиллит и анемию. Также янтарная кислота улучшает питание головного мозга, стимулирует поджелудочную железу, способствует похудению.

В косметологии янтарную кислоту используют для сокращения количества пигментных пятен, очистки пор, а также для уменьшения воспалений кожи.

В пищевой промышленности янтарная кислота используется как подкислитель и ароматизатор для продуктов. Быть в тонусе. Невролог перечислила средства для укрепления сосудов Подробнее

## Кому может быть вредна янтарная кислота?

При приеме внутрь, янтарная кислота вызывает усиленное выделение желудочного сока.

Она может спровоцировать усиление болезненных ощущений при заболеваниях желудка. А еще янтарная кислота повышает артериальное давление. Принимать ее самостоятельно, не посоветовавшись с врачом, не рекомендуется.