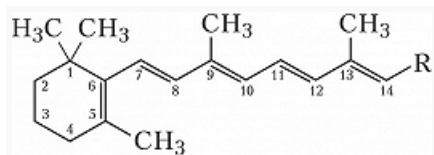


# РЕТИНО́Л



I

РЕТИНО́Л (витамин А, аксерофтол), жирорастворимое природное соединение. В организм животных и человека поступает с растительной пищей гл. обр. в виде  $\beta$ -каротина, из которого путём ферментативного расщепления в кишечнике образуется Р., и в составе животной пищи (наиболее богаты им рыбий жир и печень). Наряду с Р. (формула I,  $R=CH_2OH$ ), в физиологич. процессах участвуют его производные.

Альдегиды (I,  $R=CHO$ ) – 11-цис-ретиналь (ретиналь1) и 11-цис-3,4-дидегидроретиналь (ретиналь2) – являются хромофорами зрительных пигментов (в т. ч. *родопсина*). Р., 3,4-дидегидроретинол и ретиноевая кислота (I,  $R=COOH$ ) необходимы для пролиферации и дифференцировки эпителия, остеогенеза, размножения, эмбрионального развития и т. п. Недостаток Р. приводит к нарушению сумеречного зрения – гемералопии, повреждению эпителиальной ткани (напр., ксерофтальмии) и др., гипервитаминоз – к разл. нарушениям обмена веществ, разрушению клеточных мембран, дефектам развития плода. Выделяют Р. из природных источников или химич. синтезом. Применяется в медицине и косметич. пром-сти. Рекомендуемая суточная доза Р. для взрослого человека до 1000 мкг, для детей – 400–600 мкг.