

YALLIG'LANISH BO'G'IM KASALLIKLARI

Tayanch-harakat sharoitlari kasalliklari mushaklar, suyaklar, paylar, ligamentlar, tog'aylar va boshqa biriktiruvchi to'qimalarga ta'sir qiladigan turli xil kasalliklar to'plamiga kiradi. Ushbu turli xil sharoitlarda yallig'lanish bo'g'im kasalliklari mavjud bo'lib, ular qo'shma tuzilmaning to'qimalariga ta'sir qiladi.

Og'riqli kasalliklarni davolash og'riqni kamaytirishga qaratilgan va tajribali alomatlarining zo'ravonligiga ko'ra farq qiladi. Davolash dori, dam olish, termoterapiya va artikulyar himoya kombinatsiyasiga asoslangan bo'lishi mumkin, ammo fitoterapiya kabi isbotlangan yallig'lanishga qarshi ta'sirga ega bo'lgan boshqa terapevtik variantlar yaqinda paydo bo'ldi.

Osteoartrit eng keng tarqalgan degenerativ bo'g'im buzilishi va uning kasallanishi keksalar orasida juda yuqori, hayot sifatini yomonlashtirib, hatto bu yosh guruhda nogironlik yuqori darajasiga ham olib keladi.1,4

HELIX TIZMASI: BO'G'IMLARNI XAR TOMONLAMA PARVARISH QILISH

HELIX ning noyob formulalari bo'g'imlar va tutashgan to'qimalar holati yaxshi saqlaydigan va mustahkamlaydigan tabiiy moddlardan iborat.

Uning faol moddlari tutashgan to'qimalardagi ortiqcha noqulayliklar va ularning simptomlarini kamaytirish hususiyatiga ega va bir vaqtning o'zida o'zining yakuniy foydasini kuchaytiradigan sinergetik tasirga ega.

Helix-bu shilliqurt (Helix aspersa) so'lagidan olingan oqsil ekstraktiga ega bolgan innovatsion aralashma bo'lib u bo'g'imlar sogligini qollab quvatlovchi ajoyib hususiyatga ega. Allantoin, glikolik kislota, oqsil, kollagen va elastin kabi tarkibiy qismlarga tabiiy ravishda boy bolgan ushbu ekstrakt maxsus texnologiyalar yordamida ishlab chiqariladi.

Shilliqurt, *Helix aspersa*, qurib qolmaslik uchun gastropodli qobiqni tezda qayta tiklashga qodir. Tizimning samarali regeneratsiyasi zararlangan hududga amebiositlarning (umurtqasizlarning ko'chib yuruvchi hujayralari) oshqozon osti bezi yoki membrananing boshqa qismlari orqali tezlik bilan yetib borishini taminlaydi.

SHILLIQURT EKSTRAKTLARI TINCHLANTIRUVCHI, YANGILANUVCHI VA YALLIGLANISHGA QARSHI HUSUSIYATLARI BOIS TURLI XIL DERMOTOLOGIK KASALLIKLARDA SAMARALI ISHLATILADI.

Helix aspersa oqsil ekstrakti kattalrdagi ikkinchi darajali kuyish va ochiq yaralarni davolashda yaxshi tasir krsatadi.

Epiteliy kuyishi hisobiga o'lgan hujayra (apoptoz) ni tezda tiklash orqali kuyish oqibatida kelib chiqqan ogriqlarni yumshatadi.

*Helix aspersa*ning oqsil ekstrakti atopik dermatitni davolashda samarali vosita hisoblanadi

*Helix aspersa*ning qayta tiklanuvchi oqsil ekstrakti atopik dermatitning kuchli og'riqliligi va davomiyligini hamda surunkali teri yalliglanishlarini kamaytiradi.

Shilliqurt (*Helix aspersa*), tibbiyotda qadimdan ishlatilini b kelinmoqda. Gippokrat va keyinchalik Pliniy va Galen oshqozon, disk churrasi, kuyish va abseslardagi turli hil ogriqlarda Shilliqurt oqsili foydali hususiyatlari haqida takidlab o'tishgan.

So'ngi tadqiqotlar shuni aniqladiki Krit orollaridagi shilliqurtning katta miqdordagi istemoli tufayli yurak qon tomir kasalliklari u yerda Qoshma Shtatlarga nisbatan 20 barobar kam ekanligi aniqlandi. Bundan tashqari, *Helix aspersa*ning Gretsiyadagi yuqori istomoli bo'g'imlardagi harakatni cheklovchi og'riqlarning kamligi hamda osteoartritning Yevropadagi eng past korsatkichini qayd etgan.

HELIX ASPERSA OQSIL EKSTRAKTI ALANTOIN MODDASIGA BOY

Allantoin purin metabolizmidan olingan molekuladir. Bu azotli modda, peshob kislotasining parchalanishi natijasida kopincha sutemizuvchilar va amfibiyalarning peshobida paydo bo'ladi. Uning kontsentratsiyasi Okopnik (*Symphytum officinale* L.) va Aloe Vera kabi bazi o'simliklarda, shuningdek, yer osti molluskalarida yuqori kuzatiladi.

ALLANTOIN, HUYAYRA BO'LINISHI VA UNI QAYTA TIKLANISHINI TA'MINLOVCHI MODDA

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki **Allantoin** epiteliy qavatini, fibroblastlar va hujayra ichi matricsining rivojlanishini taminlaydi, shu sababli oshqozon yarasi, turli hil yaralarni va kuyishlarni davolashda samarali modda hisoblanadi.

Allantoinning teri himoyachisi sifatida foydali xususiyatlari AQSh Oziq-ovqat va Farmatsevtika idorasi kabi taniqli tartibga solish organlari tomonidan qo'llab-quvvatlandi.

Allantoin bilan boyitilgan ekstrakt dum sohasida o'tkaziladigan jarrohlikdan song kuzatiladigan epidural fibrozda samarali vosita hisoblanadi.

Allantoin bilan boyitilgan ekstrakt epidural fibroz va unga bog'liq yallig'lanish darajasini pasaytiradi, uning tarkibiy qismlari qayta tiklanish jarayonlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, hujayra proliferatsiyasini oshiradi va sog'lom to'qimalarni tiklaydi.

Allantoin periferik nervlarning shikastlanishidan keyin hujayralarning ko'payishini va degeneratsiya mahsulotlarini olib tashlashni tezlashtiradi.

Allantoin hujayra regeneratsiyasi tezligini (asosan Shvann hujayralari) va asabiy jarohatlardan so'ng miyelinning degeneratsiyasidan kelib chiqadigan hayotiy bo'lmagan nekrotik to'qimalarni yo'q qilishni tezlashtiradi.

ALANTOIN: INFLAMATORIYA JAVOBINI MODULLASHTIRGAN INGREDIENT

ALLANTOIN: OG'RIQQA QARSHI ANTINOTSEPTIV XUSUSIYATLARGA EGA INGREDIENT

Allantoinga boy bo'lgan mahalliy formulalar og'riqni tinchlantirish va tiz osteoartritida qat'iylikni yaxshilashda samarali hisoblanadi.

Allantoinni o'z ichiga olgan krem artroz tufayli kelib chiqqan og'riq va qattqlikni sezilarli darajada kamaytiradi, ta'sirlangan bo'g'imlarning funksional imkoniyatlarini yaxshilaydi.

Allantoinga boy bo'lgan fitoterapevtik krem bu o'tkir bel og'rig'ini yo'qotish uchun samarali davolash vositasidir.

Allantoinni o'z ichiga olgan krem dorsal og'riqni tez va samarali ravishda sezilarli darajada kamaytiradi.

**Symphytum officinale* L. dan olingan ekstraktlardan olingan allantoinga boy kremlarni mahalliy ravishda qo'llashning og'riq qoldiruvchi ta'siri turli xil og'riq holatlarida tasvirlangan, masalan tizza osteoartriti va oyoq bilagi shikastlanishlari natijasida.*

Allantoinga boy formulalar stomatologik jarrohlikdan so'ng og'riqni davolashda samarali davolash vositasidir.

Allantoinni o'z ichiga olgan gel, og'iz operatsiyalaridan kelib chiqqan og'riqni samarali ravishda yengillashtiradi, qisman ushbu tarkibiy qismning regenerativ va yallig'lanishga qarshi jarayonlarga ta'siri tufayli.

Allantoinning opioid retseptorlari va ATP sezgir kaliy kanalini (KATP kanali) o'z ichiga olgan periferik antinotsitseptiv faolligi borligi isbotlangan.

PAGE 5

BOSWELLIA ARTIKULAR YALIG'LANISH BUZILISHIDA

Boswellia serrata - Hindistonning tog'li hududlarida o'sadigan daraxt. Uning terapevtik ahamiyatini uning qatronida, aniqrog'i boswellic kislotasida topish mumkin.

Ushbu faol moddalar (NF-kB, COX-2 va 5-LOX) yallig'lanish kaskadida ishtirok etadigan turli molekularning faolligini taqiq qiluvchi kuchli yallig'lanishga qarshi xususiyatlarga ega ekanligi aniqlandi.

Boswellia serrata ekstraktlari artrozni davolashda samarali va yaxshi ta'sir qiladi.

Boswellia serrata ekstraktini og'iz orqali yuborish, tizza osteoartriti bo'lganida og'riqni pasaytiradi va yallig'lanish bilan og'rigan bemorlar ta'sirlangan bo'g'imlarning moslashuvchanligini yaxshilaydi va artikulyar qattqlikni pasaytiradi.

PAGE 6

CURCUMIN: INFLAMMATORIY JAVOBINI MODULYATSIYA QILADIGON TARKIBIY QISM

Curcuma longa L. Curcuma domestica, shuningdek, Hindistondan zerdeçal yoki za'faron deb nomlanuvchi, Janubi-Sharqiy Osiyoda tug'ilgan Zingiberaceae oilasiga mansub o'simlik. Bu Osiyo oshxonasida xushbo'y ziravor sifatida ishlatiladi.

Kurkuminoidlar bu, kurkuminoidning bioaktivligi, ayniqsa antioksidant, yallig'lanishga qarshi, antiviral va antifungal ta'sirga ega bo'lgan polifenol bo'lgan kurkumin uchun javobgardir.

Ilmiy dalillar shuni ko'rsatdiki, kurkumin - bu transkripsiya omillari, sitokinlar, oksidlanish-qaytarilish holati, yopishqoqlik molekulari va yallig'lanish fermentlari kabi yallig'lanish jarayonlari bilan chambarchas bog'liq bo'lgan turli molekularning faoliyatini tartibga soluvchi immunomodulyatsiya qiluvchi vosita.

Kurkumin - bu o'zaro ta'sirlashishga qodir bo'lgan yuqori darajada pleiotropik molekula, yallig'lanish uchun mas'ul bo'lgan ko'plab vositachilar, masalan, faollashtirilgan B hujayralarining yadro omillari kappa-yorug'lik zanjiri kuchaytiruvchisi (NF-kB), ko'plab proinflatuar genlarning ekspresiyasining asosiy ishtirokchisidir.

KURKUMIN ARTIKULAR YALIG'LANISH BUZILISHIDA

Artroz yoki romatoid artrit kabi artikulyar buzilishlar artikulyar tuzilmalardagi to'qimalarga ta'sir qiladi va har xil og'irlikdagi yallig'lanish jarayonlari ko'pincha ushbu holatlarda qo'zg'atiladi.

PAGE 7

Klinik va hayvonlarni sinash bo'yicha tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, kurkumin har xil artikulyar patologiyalarning yallig'lanish holatlarini kamaytirishda xavfsiz va samarali hisoblanadi.

Curcuma domestica ekstraktlari tiz osteoartritini davolashda ibuprofenga o'xshash samaradorlik va xavfsizlik profiliga ega.

- A guruhi: tizza osteoartriti bilan og'rigan 52 nafar bemor (og'riq darajasi ≥ 5 bilan) olti hafta davomida kurkuminga boy bo'lgan kuniga 2 g dan C. domestica ekstraktini oldi.

- B guruhi: tizza osteoartriti bilan og'rigan 55 bemor (og'riq darajasi ≥ 5) olti hafta davomida 800 mg / kun ibuprofenni qabul qildi.

Davolashni boshlashdan oldin (0 hafta) va nazorat guruhida (ibuprofen) va tadqiqot guruhida (kurkumin) davolanishdan keyingi ikki, to'rt va olti haftalarda og'riq shkalasi bo'yicha o'rtacha ballar. Parametrlar quyidagilar edi: yurish paytida og'riq, zinadan ko'tarilish paytida og'riq, 100 metr yurish uchun sarf qilingan vaqt va zinapoyadan yuqoriga va pastga tushishga vaqt sarflanganligi. * $P \leq 0.05$.

Barcha baholangan jismoniy parametrlar bemorlarning har ikkala guruhida davolanishning boshlang'ich darajasi va tugashi o'rtasida sezilarli yaxshilanishni ko'rsatdi.

PAGE 8

Tahlil qilingan parametrlarda kurkuminga boy ekstrakt olgan bemorlar va ibuprofenni iste'mol qilganlar o'rtasida zinapoyaga chiqishda og'riqni hisobga olmaganda ($P = 0,016$) farqlar topilmadi.

Davolash usullari orasida bemorlar tomonidan yuzaga kelgan nojo'ya ta'sirlarda farqlar topilmadi (33.3% 44.2% bilan solishtirganda, *C. domestica* ekstraktlari va ibuprofendagi $P = 0.36$).

Curcuminga boy bo'lgan *C. domestica* ekstrakti tizza osteoartritida og'riqni davolashda ibuprofen kabi bir xil darajada samarali ko'rindi.

Kurtumin revmatoid artritning faolligini yaxshilashda xavfsiz va samaralidir, yakka o'zi yoki yallig'lanishga qarshi diklofenak preparati bilan birgalikda qo'llaniladi.

- A guruhi: Romatoid artrit bilan og'rigan 15 bemor sakkiz hafta davomida kuniga ikki marta 500 mg kurkuminni og'iz orqali iste'mol bilan davolandilar.
- B guruhi: revmatoid artrit bilan og'rigan 15 bemor sakkiz hafta davomida kuniga ikki marta 500 mg kurkumin va 50 mg diklofenakni og'iz orqali iste'mol bilan davolandilar.
- C guruhi: Romatoid artrit bilan og'rigan 15 bemor sakkiz hafta davomida kuniga ikki marta 50 mg diklofenakni og'iz orqali iste'mol bilan davolandilar.

Davolashdan oldin va oxirida uchta eksperimental guruhdagi 28 ta bo'g'imlarga asoslangan bemorlarning romatoid artrit faolligini baholash uchun biz Disease Activity Score (DAS) dan foydalandik. * $P \leq 0.05$.

Kurkumin yuborilgan guruh DAS va ACR (Amerika Revmatologiya kolleji tasniflash mezonlari) indekslarining yaxshilanishining eng muhim foizini taqdim etdi; bu ko'rsatkichlar diklofenak bilan davolash qilingan guruhdan yuqori bo'lgan.

Bundan tashqari, kurkumin bilan davolangan bemorlar guruhi yallig'lanish sharoitida jigar tomonidan ishlab chiqariladigan C-reaktiv oqsil moddasining sarum konsentratsiyasi bilan aniqlangan yallig'lanish kuchini aniq pasayishini ko'rsatdi.

PAGE 9

Curcumin - bu romatoid artrit bilan og'rigan bemorlarda og'riqni yengillashtiradigan samarali tarkibiy qism.

Kurkumin va glyukozaminni birgalikda qabul qilish artrozni davolash uchun keng qo'llaniladigan davolash natijalarini yaxshilaydi.

- A guruhi: tizza osteoartriti bilan og'rigan 63 bemorga to'rt oy davomida har kuni bitta tabletka shaklida 500 mg *Merkuma*[®], kurkuminga boy va 500 mg *Regenasure*[®] glyukozaminga boy tabletkalar shaklida berildi.
- B guruhi: tizza osteoartriti bilan og'rigan 61 nafar bemorga to'rt oy davomida kuniga ikki tabletka shaklida 400 mg xondroitin sulfat va 415 mg glyukozamin qabul qilindi.

Artrozning og'irligini (og'riq, qattqlik va funktsional faollik) baholaydigan WOMAC (G'arbiy Ontario va MacMaster Universitetlari) bemorlarning ikki guruhida, davolanishni boshlashdan oldin va to'rt oylik davolanishdan so'ng. * $P \leq 0.05$ va boshqalar xondroitin + glyukozamin; + $P \leq 0.05$ va boshqalar.

Kurtumin bilan boyitilgan formulada davolangan bemorlar guruhlar uchun osteoartrit (og'riq, qattqlik va kunlik funktsional faoliyat) bo'yicha WOMAC indeksining barcha toifalarida statistik jihatdan sezilarli farqlar olingan.

Kurkumin bilan to'ldirilgan bemorlar guruhi uchun emotsional va ijtimoiy funktsiyalar bilan bog'liq WOMAC ballarida statistik jihatdan sezilarli yaxshilanishlar kuzatildi ($P < 0,05$ ga qarshi xondroitin + glyukozamin).

Og'iz orqali kurkumin qo'shilishi to'rt oylik davolanishdan so'ng tiz osteoartritining og'irligini pasaytirdi.

Artroz bilan og'irgan bemorlarni kurkuminoidlar bilan davolash kasallik alomatlarini sezilarli darajada yengillashtiradi

- *A guruhi: tizza osteoartriti bo'lgan 19 bemorga olti hafta davomida har kuni kurkuminoidlarga boy 1500 mg C3 kompleksi® berildi.*

PAGE 10

- *B guruhi: tizza osteoartriti bo'lgan 21 bemorga olti hafta davomida placebo protsedurasi qo'llanilishi buyurildi.*

Artrozning og'irligini (og'riq, qattqlik va funktsional faollik va global ko'rsatkichlar) baholaydigan WOMAC (G'arbiy Ontario va MacMaster Universitetlari) bemorlarning ikki guruhida, davolanishni boshlashdan oldin va olti haftalik davolanishdan so'ng. R qiymati guruh ichida va eksperimental guruhlar o'rtasida ko'rsatiladi. A sezilarli statistik farqlarni, davolashning boshlanishi va tugashi o'rtasidagi taqqoslashni ko'rsatadigan b qiymatlarini aks ettiradi. Statistik ahamiyatga ega qiymatlar qalin harflar bilan ko'rsatilgan.

Bemorlarning davolanishdan oldin va keyin olgan natijalari (A) Lequesne-ning og'riq funktsional ko'rsatkichi (LPFI) - og'riq, bezovtalik va funktsional oqibatlar bilan bog'liq indeks - va (B) og'riqning intensivligini baholaydigan Visual analog shkala (VAS).

WOMAC ballari bilan hisoblangan davolashdan oldingi va keyingi davrlar o'rtasidagi taqqoslash umumiy darajada ($P < 0.001$), shuningdek qisman ballar bo'yicha (og'riq va funktsional faollik uchun $P < 0.001$, qattqlik uchun $P = 0.043$) statistik jihatdan sezilarli pasayishni ko'rsatdi.) kurkuminoidlar bilan davolangan bemorlarda.

Ikkala tadqiqot guruhlarini taqqoslashda kürominoidlarni qabul qilgan bemorlar guruhida WOMAC ballarini global darajada ($P = 0.001$), og'riqni ($P < 0.001$) va funktsional faollikni ($P < 0.001$) kamaytirib, aniqroq ta'sir ko'rsatildi.

Kurkuminoidlar bilan davolangan guruh uchun LPFI va VAS indekslarida ballarning sezilarli yaxshilanishi aniqlandi (ikkala o'lchovda ham $P < 0.001$), ammo bu ta'sir placebo guruhida sodir bo'lmagan.

PAGE 11

Artroz bilan og'irgan bemorlarga simptomlarni yo'qotish va ularga yordam ko'rsatishni yaxshilash uchun kurkuminoidlar bilan parhez qo'shilishi samarali ekanligi isbotlangan.

Kurkuminni qabul qilish tizza artroziga chalingan bemorlarning simptomlari va funktsional imkoniyatlarini yaxshilaydi.

- *A guruhi: tizza osteoartriti bo'lgan 18 bemor sakkiz hafta davomida 180 mg kurkumin (kuniga olti kapsula Terakurmin®) ichdi.*
- *B guruhi: tizza osteoartriti bilan og'rigan 23 nafar bemorga sakkiz hafta davomida kuniga olti kapsuladan placebo bilan davolashdi.*

Davolash paytida turli vaqtlarda (dastlabki va davolanishning ikki, to'rt va olti haftalarida) Visual Analog Scale (VAS) bilan o'lchangan bemorlarning ballari. Natijalar o'rtacha \pm SD sifatida ifodalanadi.

PAGE 12

Vaqt o'tishi bilan ikkala tadqiqot guruhida steroid bo'lmagan, yallig'lanishga qarshi dorilar bilan davolanishga ehtiyoj ham bo'lmagan.

Sakkiz haftalik davolanishdan so'ng, kurkumin bilan davolash qilingan guruhda VAS ko'rsatkichi 0,15 (P = 0,023) dan yuqori bo'lgan bemorlarda VAS skori sezilarli darajada yaxshilandi.

Kurkumin qo'shimchasi placebo guruhiga nisbatan antiinflamatuvar va og'riq qoldiruvchi dori selekoksibga bog'liqlikni sezilarli darajada kamaytirdi (P = 0,0252).

Sakkiz hafta davomida og'iz orqali kurkumin qabul qilish artroz bilan og'rigan og'riq belgilarini yengillashtiradi.

Curcuma domestica ekstraktlari tiz osteoartritini davolashda ibuprofenga o'xshash samaradorlik va xavfsizlik profiliga ega.

- *A guruhi: Tiz osteoartriti bilan og'rigan 185 nafar bemor (og'riq darajasi ≤ 5) to'rt hafta davomida curcuminga boy 1500 mg / kun davomida C. domestica ekstrakti oldi*
- *B guruhi: Tiz osteoartriti bilan og'rigan 182 bemor (og'riq darajasi ≤ 5) to'rt hafta davomida 1200 mg / kun ibuprofenni qabul qildi.*

PAGE 13

Artrozning og'irligini (og'riq, qattqlik va funktsional faollik va global ko'rsatkichlar) baholaydigan WOMAC (G'arbiy Ontario va MacMaster Universitetlari) bemorlarning ikki guruhida, davolanishni boshlashdan oldin (0 hafta) va davolanishning ikki va to'rt haftasida . * $P \leq 0.05$.

WOMAC ballari tadqiqotning boshlanishiga nisbatan ikkala davolanishda teng ravishda yaxshilanganligini ko'rsatdi.

Kurkumin yoki ibuprofenga boy ekstrakti olgan bemorlar o'rtasida tahlil qilingan parametrlarda farqlar topilmadi (WOMAC global skori uchun $P = 0.362$, og'riqning WOMAC pastki sathida $P = 0.531$, WOMAC pastki qattqligi $P = 0.522$ va $P =$ WOMAC funktsional faoliyatining pastki o'lchovi uchun $0,278$).

Davolash paytida nojo'ya ta'sirlarni boshdan kechirgan bemorlarning ballari ikki eksperimental guruh o'rtasida farq qilmadi (35,7% 29,7% bilan taqqoslaganda, $P = 0,222$ ibuprofen va C. domestica ekstraktlarida).

Kurkuminga boy bo'lgan C. domestica ekstraktlari, artroz simptomlarini davolashda ibuprofen bilan farmakologik davolash kabi samarali va xavfsizdir

PAGE 14

VITAMIN C ARTIKULAR YALIG'LANISH BUZILISHIDA

C vitamini yoki askorbin kislotasi suvda eriydigan vitamin bo'lib, uni odamlar sintez qila olmaydi, hayvonlar esa aksidir. Ushbu vitamin tanaga faqat oziq-ovqat orqali kiritilishi mumkin. Ayniqsa, u xom sabzavotlarda mavjud bo'lib, darhol meva va salatlar orqali odamlarga taqdim etiladi.

Organizmga normal fiziologik funktsiyalar uchun C vitamini kerak. Masalan, u ba'zi aminokislotalar va neurotransmitterlarning sinteziga hissa qo'shadi. Bundan tashqari, ushbu vitamin tanani erkin radikallar va ifloslantiruvchi moddalarning zararli ta'siridan himoya qiluvchi kuchli antioksidant hisoblanadi.

Oksidlanish stressi romatoid artrit kabi ba'zi patologiyalarni keltirib chiqarishi yoki kuchaytirishi mumkin va C vitamini yetishmovchiligi aynan shu kasallik bilan bog'liq.

Va nihoyat, C vitamini xaftaga tushadigan tarkibiy qism II turdagi kollagen va glikozaminoglikanlarni sintez qilishda zarur rol o'ynaydi.

C vitamini qabul qilish artroz bilan og'rigan odamlarda to'qima yo'qolish va kasallikning rivojlanish xavfini kamaytiradi.

C vitamini qo'shimchasi artrit bilan og'rigan odamlarni kasallikning rivojlanishidan himoya qiladi.