***ГРЕЙФРУКТ С ЛЕКАРСТВАМИ НЕ ДРУЖИТ***

 *Грейпфрут, который считается популярным средством для похудения, может вызывать побочные эффекты при приёме некоторых лекарств, считают учёные из некоторых исследовате* *льских центров Канады. Они выяснили, что «цитрусовая диета» особенно опасна для тех, кто лечится от рака, принимает лекарственные средства для снижения уровня холестерина или сердечные препараты. Исследователи обнаружили, что в цитрусовых содержится ферменты, которые, воздействуя с некоторыми лекарственными препаратами, значительно усиливают их эффект.*

 *Так, один из препаратов- статинов, применяющихся для снижения уровня холестерина в крови, увеличивает свою концентрацию на 330 процентов, если его употребляют в сочетании со стаканом грейпфрутового сока в течении трёх дней.*

 *Специалист рекомендуют не злоупотреблять цитрусовыми в надежде снизить вес, а отдать предпочтение сбалансированному питанию.*

*Используемая литература: Журнал «Медработник дошкольного образовательного учреждения» №8/2013*