В последнее время некоторые западные исследователи публикуют в своих исследованиях, якобы регулярный прием поливитаминных препаратов не является необходимым для здоровых людей, например:

http://mobile.nutraingredients.com/Research/Nutrition-researchers-shoot-holes-in-assertion-that-multivitamins-are-unnecessary

Данные исследований Института питания Министерства здравоохранения РФ указывают на обратное. Недавно было переиздано методическое пособие по использованию витаминно-минеральных комплексов для добавки в различные группы продуктов. Действует соответствующая государственная программа. У людей с диабетом расход некоторых витаминов и микроэлементов как общеизвестно в несколько раз выше, чем у обычных людей. Витамины определенной группы рекомендованы РДА для регулярного потребления:

http://www.multivitarf.ru/vitamines

По горячим линиям телефонов последнего сайта можно получить необходимые бесплатные консультации.

В последнее время некоторые западные исследователи публикуют в своих исследованиях, якобы регулярный прием поливитаминных препаратов не является необходимым для здоровых людей, например: