

Активни угаљ

Аутор: маг. фарм. спец. Милица Ђукановић

Шта је активни угаљ који се користи у медицинске сврхе?

Активни угаљ се добија загревањем материјала богатих угљеником на изузетно високој температури. Овај процес мења његову унутрашњу структуру, чинећи га порозним, са пуно малих пора и огромном укупном површином. Ова структура му обезбеђује велику моћ апсорпције, односно способност да се понаша као сунђер.

Када се најчешће препоручује и у којој дози?

Према Светској здравственој организацији активни угаљ се користи за хитно лечење тровања или предозирања јер за себе може везати широк спектар лекова, смањујући њихове ефекте. Најефикаснији је ако се примени у првих сат времена након предозирања или тровања, у дози од 50г до 100г. али треба имати у виду да има слабу ефикасност код тровања алкохолом, иако се популарно користи за лечење мамурлука.

Још неке од употреба активног угља које су поткрепљене одређеним доказима су:

- Прекомерна акумулација гасова у дози од 1г 30 минута пре и после сваког obroка.
- Дијареја, према упутству произвођача, али је то углавном 500-750мг, 3-4х дневно.

Која је разлика између активног угља и пробиотика?

Активни угаљ привлачи и апсорбује токсине. Како га наша црева не апсорбују, он се путем столице заједно са токсинима избацује из организма.

За разлику од активног угља, пробиотици остварују своје ефекте на нивоу црева, али се ту и задржавају. Они обнављају цревну микрофлору, спречавају раст и насељавање патогених микроорганизама.

Ко може, а ко не би смео да користи активни угаљ и због чега?

Активни угаљ се генерално сматра безбедним, а ограничење у употреби је преосетљивост на њега. Важно је напоменути да он може да смањи ресорпцију многих хранљивих састојака, дијететских суплемената и лекова, па је потребно да се примењују одвојено, у размаку од минимум 2 сата.

Могу ли деца и труднице да га користе?

Може се користити код деце старије од 3 године, а за лечење тровања примењује се и код млађе деце. Труднице и дојиље треба да консултују свог лекара пре примене активног угља.