

Orijinal Soru: Temel Bilimler 45

45. Aşağıdaki yağ asitlerinden hangisi omega-3 yağ asididir?

- A) 16:1(Δ^9)
- B) 18:2($\Delta^{9,12}$)
- C) 18:3($\Delta^{6,9,12}$)
- D) 18:3($\Delta^{9,12,15}$)
- E) 20:4($\Delta^{5,8,11,14}$)

Doğru Cevap:D

DERS NOTLARIMIZDAN REFERANSLAR

(Bu referanslar; soru kitabı Tüm Tus Soruları, Kamp notlarımız ya da non spesifik slaytlardan DEĞİL, sadece güncel ders notlarımızdan verilmiştir. Bu notları şubelerimizde kolayca edininip, referansları kontrol edebilirsiniz.)



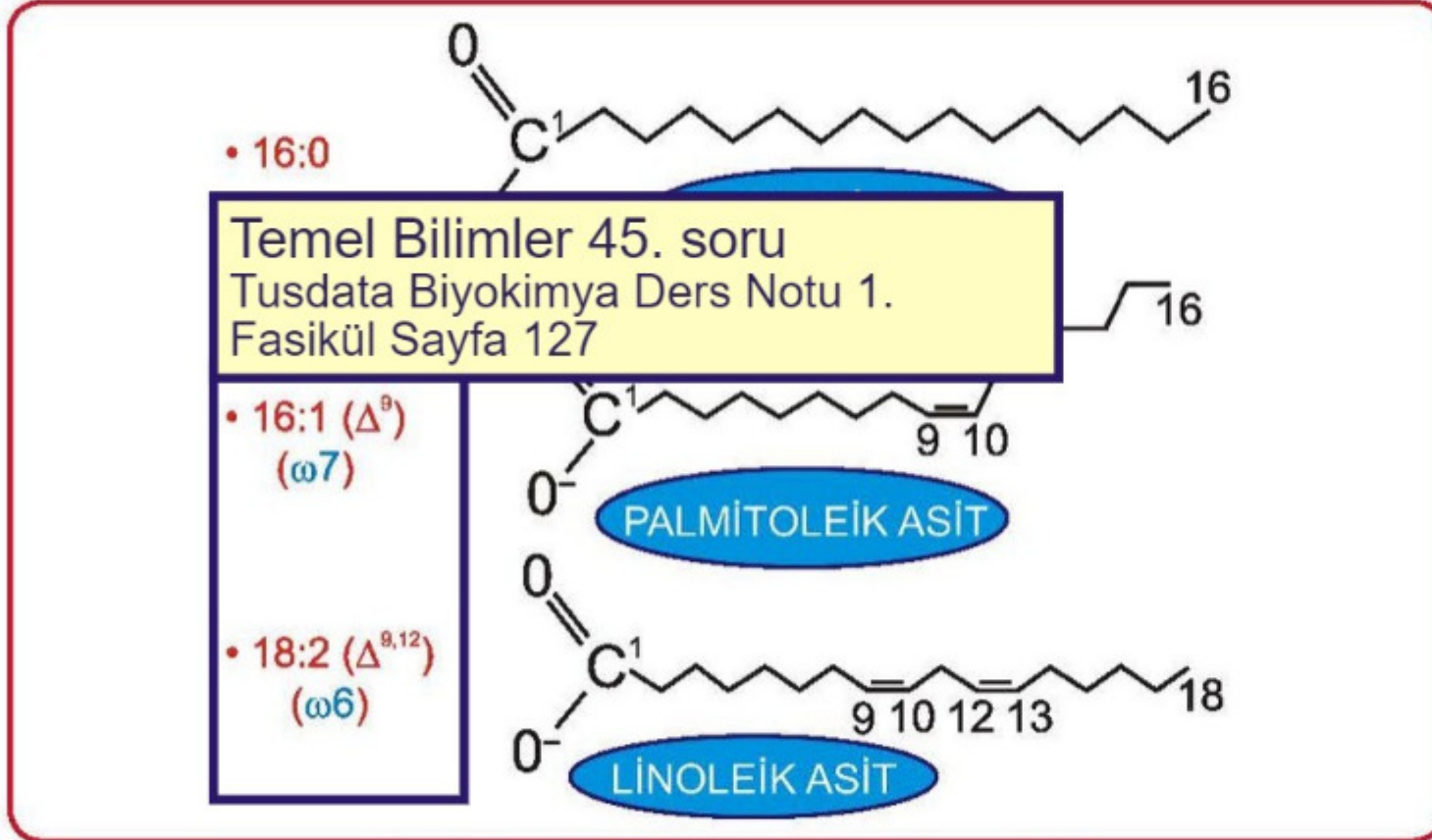
TUS HAZIRLIK MERKEZLERİ

127

Yağın Adı	Yapı	İşlevsel önemi
Bütirik asit Kaprik asit	4:0 10:0	4-10 karbonlu yağ asitleri sütte bol bulunurlar. Bunlar şilomikron yapısına girmeyip, portal dolaşıma girebilen tek lipit formudur. Steatoreli hastalara verilir.
Laurik asit Miristik asit	12:0 14:0	
Palmitik asit	16:0	De-novo yağ asit sentezinin son ürünüdür.

Temel Bilimler 45. soru
Tusdata Biyokimya Ders Notu 1. Fasikül Sayfa 127

Linoleik asit α -linolenik asit γ -linolenik asit	18:2 (9,12) 18:3 (9,12,15) 18:3 (6, 9, 12)	Esansiyel yağ asidi, omega-6'dır. Esansiyeldir yağ asidi, omega-3'tür. Omega-6'dır.
Araşidonik asit	20:4 (5,8,11,14)	Omega-6'dır. Prostaglandinlerin öncüsüdür. Esansiyel yağ asitlerinden sentezlenir.
Lignoserik asit Nervonik asit	24:0 24:1 (15)	Serebrozitterin bileşenidir.



Şekil 3-8. Bazı önemli yağ asitlerinin yapısı

- Doğal bir yağdaki doymamış yağ asidi içeriği, yağın erime noktasını dolayısıyla akışkanlığını belirler.
- Diyetle çoklu **doymamış yağ asitlerinin**, doymuş yağ asitlerine oranının yüksek oluşu plazma kolesterol düzeyini azaltıp, koroner kalp hastalığı riskini azaltır.
- **Doymuş yağ asitlerinden** zengin olan hindistan cevizi ve humma yağları ile beslenenlerde total ve LDL kolesterol seviyeleri yüksektir. Bu toplumlarda **koroner arter hastalığı riski artmıştır**.
- Doymamış yağ asitleri trans ve cis formunda bulunur.
 - ✓ **Trans** doymamış yağ asitlerinin metabolizması doymuş yağ asitlerine benzer ve **hiperkolesterolemik** etkilidir. **Trans** yağ asitleri doğal gıdalarda pek bulunmaz. Bunlar daha çok margarin yapısında bulunan **sentetik** yağ asitleridir.
 - ✓ **Cis** doymamış yağ asitleri ise **hipokolesterolemik** etkilidir.
- Diyetle alınması zorunlu olan yağ asitlerinin işlevleri çok çeşitlidir.

İLGİLİ NOTLAR

Yine bir tablo, yine bir nokta atış ...Ne mutlu ki bize olan güveninizi boşa çıkarmıyoruz...