

2 Nghiên cứu Bảng 34.1, trang 108, SGK Sinh học 8 và nối các vitamin ở cột A với vai trò tương ứng cột B.

Cột A - Loại vitamin
Vitamin A
Vitamin D
Vitamin E
Vitamin C
Vitamin B ₁
Vitamin B ₂
Vitamin B ₆
Vitamin B ₁₂

Cột B - Vai trò chủ yếu
Nếu thiếu gây viêm loét giác mạc.
Nếu thiếu gây viêm da, suy nhược.
Nếu thiếu gây thiếu máu.
Nếu thiếu sẽ làm cho biểu bì kém bền vững, dễ nhiễm trùng, giác mạc của mắt khô, có thể dẫn tới mù loà.
Cần cho sự phát dục bình thường, chống lão hoá, bảo vệ tế bào.
Chống lão hoá, chống ung thư, nếu thiếu sẽ làm cho mạch máu giòn, gây chảy máu, dễ mắc bệnh xcôbut.
Cần cho sự trao đổi canxi và photpho. Nếu thiếu, trẻ em sẽ mắc bệnh còi xương, người lớn sẽ bị loãng xương.
Tham gia quá trình chuyển hoá. Nếu thiếu sẽ mắc bệnh tê phù, viêm dây thần kinh.