

## Az epesavak alkotórészét képező Taurinról szakmailag

amidoetilszulfosav,  $C_2H_4.NH_2.SO_3H$ . A Taurinnak kolsavval való vegyülete az u. n. taurokolsav, igen sok állatnak (főleg az ökörnek) epéjében található. Mesterséges úton kloretilszulfosavból ammoniumhidroxiddal való melegítéssel készíthető. A Taurin nagy egyhajlású prizmákban kristályosodik; alkoholban oldhatatlan, de igen könnyen oldódik forró vízben; kémhatása semleges. A Taurin a bázisok és a sav sajátságait egyaránt mutatja, minthogy benne az amido ( $NH_2$ ), illetve a szulfosav ( $SO_3H$ ) csoport is előfordul. Metiljodid és káliumhidroxid behatására taurobetain képződik belőle.

<http://mek.niif.hu/00000/00060/html/099/pc009924.html>

---

### TAURIN

(2-aminoetán-szulfonsav,  $H_2N-CH_2-CH_2-SO_2-OH$ )

Az emberi szervezetben is előforduló [aminosav](#), amely legnagyobb mennyiségben az [agyban](#) és az [idegrendszerben](#) lelhető fel.

Testünk normális esetben kilogrammonként mintegy 1 gramm taurint tartalmaz. Forró vízben oldódik, alkoholban viszont nem oldható.

Kezdetben ökörepéből állították elő, mára szintetikus előállítása megoldott.

#### A taurin megtalálható:

- tenger gyümölcseiben (kagyló, rák) és a halban.
- egyéb húsokban
- anyatejben (csecsemők számára esszenciális aminosav, az anyatejben a második legnagyobb mennyiségben előforduló aminosav)

Kis mennyiségben a szervezet is képes előállítani, így hiánybetegség jellemzően nem alakul ki.

#### Élettani hatása csak részben ismert:

- Energiatovábbítóként és méregtelenítőként működik
- Stabilizálja a sejtmembránokat
- Szerepet játszik a [kalcium](#)-áramlás szabályozásában,
- Egyes [szövetek](#) (pl a [szívizom](#)) normális működésében
- Folyadékok szintjének szabályozásával az [izom](#)sejtekben
- Az [inzulin](#)hoz hasonlóan elősegíti a [glükóz]- sejtekbe áramlását
- Méregtelenítő és [antioxidáns](#) hatással is rendelkezik
- Hatásával van az
  - [anyagcsere](#) folyamataira,
  - az [adrenalin](#) szintjére,
  - a zsiradékok emésztésére,

- az [immunrendszer](#)re,
- a [koleszterin](#)szintre,
- a sperma termelésére
- az [epe](#) termelésére

Amennyiben a szervezet alacsony a taurin szinttel rendelkezik, működésében zavarok jelentkezhetnek. Például a szívizom károsodása, a [recehártya](#) rendellenes fejlődése és növekedési visszaesések. Ha a szervezetben elegendő taurin található, a szív elmeszesedésének veszélye jelentősen csökken.

Esetenként, különösen extrém nagy mennyiség (például 5000 mg felett) esetén hasfájást, hasmenést, rosszulétet okozhat.

**<http://patikapedia.hu/taurin>**