

2.4. Питание и здоровье: медико-социальные аспекты

Цыганков В.Г., Шевчук Л.М., Сычик С.И., Бондарук А.М.,
Федорович С.В., Жарин В.А., Завальнюк В.М.

ГУ «Республиканский научно-практический центр гигиены»



Рисунок 3 – А.П. Чехов

«Тот, кто не придает питанию должного значения, не может считаться интеллигентом и достоин всяческого осуждения в «приличном обществе».

Государственная политика в области здорового питания населения основывается на следующих принципах:

· **здоровье человека - важнейший приоритет государства;**

· **пищевые продукты не должны причинять ущерб здоровью человека;**

· **питание должно не только удовлетворять физиологические потребности организма человека в пищевых веществах и энергии, но и выполнять профилактические и лечебные задачи;**

· **рациональное питание детей, как и состояние их здоровья, должны быть предметом особого внимания государства;**

· **питание должно способствовать защите организма человека от неблагоприятных условий окружающей среды**

Рисунок 4 – Государственная политика в области здравоохранения

В 2000 году в Европейском регионе было потеряно 136 миллионов лет здоровой жизни; из них потери более 56 миллионов лет обусловлено пищевыми факторами риска.

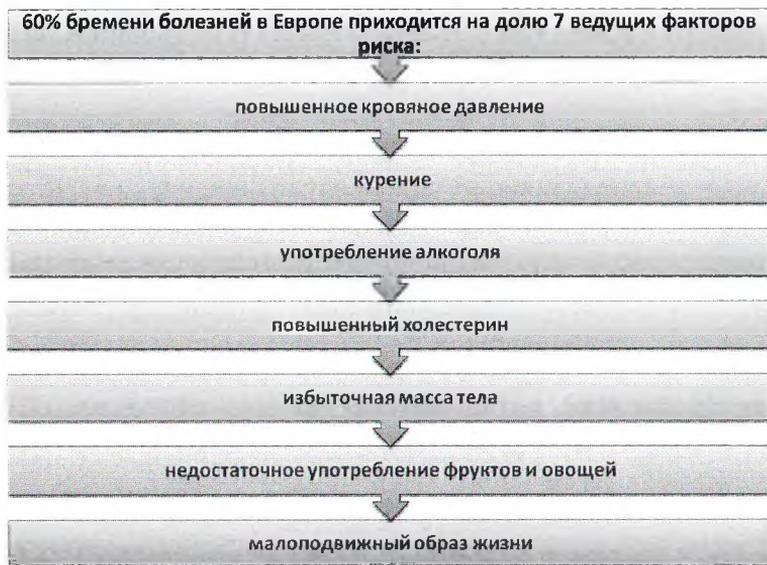


Рисунок 5 – Факторы риска болезней

Ожирение. «Эх, чтобы еще такое съесть, чтобы похудеть?».

В Беларуси лишний вес имеет около 25% населения, примерно такие же показатели в целом по Европе.

Ежедневно (!) на Земном шаре от голода умирает 24 тысячи человек (данные 2004-2005 г.г.).



Рисунок 6 – Ожирение

Проблемы общественного здравоохранения:

- Неинфекционные заболевания, обусловленные питанием.
- Ожирение, в том числе у детей и подростков.
- Недостаточность микронутриентов.
- Пищевые токсикоинфекции.

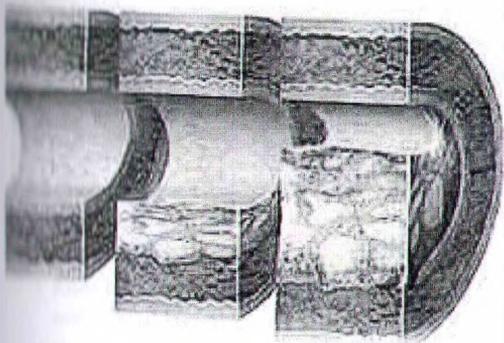


Рисунок 7 – Атеросклероз

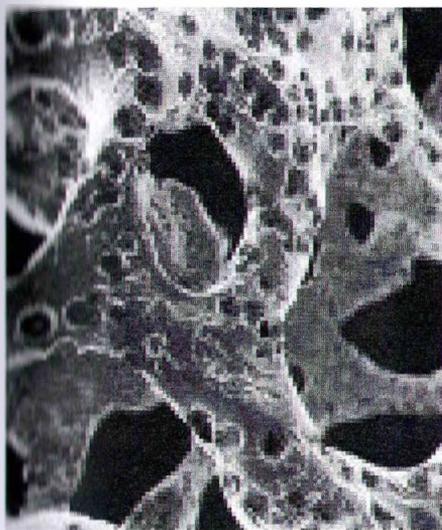


Рисунок 8 – Остеопороз

Смертельный квартет:

Ожирение + артериальная гипертензия + сахарный диабет 2-го типа + гиперхолестеринемия.

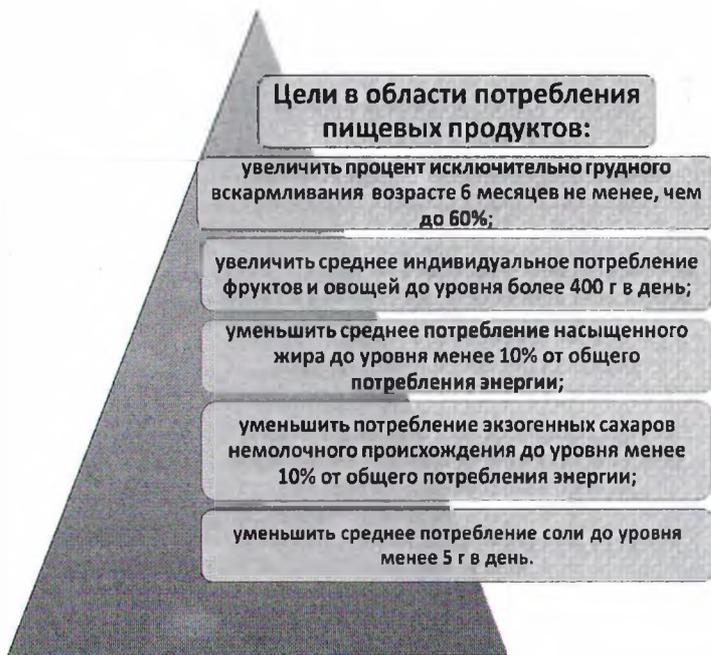


Рисунок 9 – Цели питания

НАПРАВЛЕНИЕ: ПОДДЕРЖКА ЗДОРОВОГО НАЧАЛА ЖИЗНИ

Конкретные действия:

- Способствовать улучшению питания матерей и выработке у них безопасных пищевых привычек.
- Способствовать распространению грудного вскармливания.
- Способствовать обогащению пищи для прикорма микронутриентами.
- Поддерживать родителей, ухаживающих за детьми раннего возраста.
- Способствовать разработке стратегии и программ в области питания и безопасности пищевых продуктов в школах и детских дошкольных учреждениях.

НАПРАВЛЕНИЕ: ОБЕСПЕЧЕНИЕ УСТОЙЧИВОГО СНАБЖЕНИЯ БЕЗОПАСНЫМИ ПИЩЕВЫМИ ПРОДУКТАМИ И ПРОДУКТАМИ УЛУЧШЕННЫМИ ПИЩЕВЫМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ

Конкретные действия:

- Улучшение снабжения и повышение безопасности пищевых продуктов в общественных учреждениях.
- Обеспечение высокого уровня гигиены пищевых продуктов на всем пути «от фермы до стола».
- Содействие тому, чтобы пищевая промышленность изменяла рецептуру пищевых продуктов.
- Содействие обогащению микронутриентами основных пищевых продуктов.
- Создание адекватной нормативно-правовой базы в области питания.
- Поддержка местного садоводства.

3 НАПРАВЛЕНИЕ: ДОВЕДЕНИЕ ВСЕОБЪЕМЛИВАЮЩЕЙ ИНФОРМАЦИИ ДО ПОТРЕБИТЕЛЯ

Конкретные действия:

- Обеспечение целенаправленного и своевременного распространения информации о наличии рисков, связанных с питанием и безопасностью пищевых продуктов.
- Проведение среди населения целенаправленных кампаний, предназначенных для просвещения потребителей.
- Добиваться использования только допустимых и подходящих приемов и методов сбыта пищевых продуктов.
- Разработка правил, регламентирующих маркировку и заявления о пользе пищевых продуктов для здоровья.

4 НАПРАВЛЕНИЕ: УЛУЧШЕНИЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОГО БАЛАНСА ЗА СЧЕТ РАСШИРЕНИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

Конкретные действия:

- Расширить и улучшить возможности для физической активности детей и подростков в школах и детских садах.
- Устранить препятствия, мешающие физически активным способам передвижения.
- Создавать возможности, которые стимулируют людей к физически активному проведению досуга.
- Поощрять нанимателей к тому, чтобы они создавали такую рабочую среду, которой присутствуют элементы регулярной физической активности.
- Уменьшить препятствия и обеспечить доступ для всех к физической активности и отдыху.

5 НАПРАВЛЕНИЕ: УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ И БЕЗОПАСНОСТИ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ В СЕКТОРЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Конкретные действия:

- Повысить качество оказываемой помощи и услуг при лечении заболеваний обусловленных питанием.
- Привлекать персонал первичного звена медицинской помощи к проведению скрининга на предмет множественности факторов риска и консультированию по вопросам питания и физической активности.
- Улучшить качество обслуживания, связанного с питанием и безопасностью пищевых продуктов в лечебных учреждениях.
- Учреждать программы ведения пищевых добавок для предупреждения железодефицитной анемии и недостаточности фолатов.

6 НАПРАВЛЕНИЕ: МОНИТОРИНГ ТЕНДЕНЦИЙ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ РЕАЛИЗАЦИИ И ЭФФЕКТИВНОСТ ДЕЙСТВИЙ

Конкретные действия:

- Создание, отвечающих современным потребностям системы надзора за питанием.
- Создание систем мониторинга о потреблении пищевых продуктов в масштабах страны и проведение сплошных исследований фактического питания.
- Оценка экономических издержек, связанных с заболеваниями, обусловленными питанием и пищевыми токсикоинфекциями.
- Оценка результативности программ и направлений политики.
- Оценка влияния национальной и международной политики на состояние здоровья.

Рисунок 10 – Направления здорового питания

Направления деятельности:

1. Содействие здоровому началу жизни.
2. Обеспечение устойчивого снабжения безопасными и здоровыми пищевыми продуктами.
3. Просвещение потребителей и предоставление им исчерпывающей информации.
4. Оказание комплексного воздействия на смежные детерминанты.
5. Усиление роли сектора здравоохранения в улучшении качества питания и повышении безопасности пищевых продуктов.
6. Мониторинг и оценка.

Основные общие рекомендации ВОЗ по рациону питания:

- насыщенные жирные кислоты должны составлять менее 10% суточной калорийности рациона;
- трансжирные кислоты должны составлять менее 1% суточной калорийности рациона;
- свободные сахара должны составлять менее 10% суточной калорийности рациона;
- потребление фруктов и овощей в день должно быть не менее 400 г в день;
- потребление соли должно быть менее 5 г в день.

Конкретные действия:

1. Способствовать оптимальному питанию плода, обеспечивая адекватное питание будущих матерей еще до зачатия, предоставляя беременным рекомендации по рациону питания и безопасности пищевых продуктов.
2. Обеспечивать защиту, пропаганду и поддержку грудного вскармливания и своевременного введения адекватного и безопасного прикорма для младенцев и детей младшего возраста.
3. Пропагандировать развитие стратегий по питанию и безопасности пищевых продуктов в дошкольных учреждениях и школах, а также программ, основанных на комплексном подходе, при котором в школьную программу включаются такие элементы, как образование по вопросам питания, учет вкусовых и эстетических качеств пищевых продуктов, обеспечение безопасности пищевых продуктов и физическая активность школьников.
4. Расширять доступность, в том числе финансовую, фруктов и овощей.
5. Содействовать пересмотру состава и рецептуры основных пищевых продуктов с целью снижения содержания соли, добавленного сахара, насыщенных жиров и трансжирных кислот.
6. Способствовать соответствующему обогащению основных продуктов питания микронутриентами.
7. Улучшать питательные качества и повышать безопасность пищевых продуктов в государственных учреждениях (например, в медицинских и социальных учреждениях, в дошкольных учреждениях и в школах).
8. Использовать экономические методы (налоги, субсидии) для влияния на финансовую доступность продуктов питания.

9. Учредить межотраслевые системы обеспечения безопасности пищевых продуктов, в которых используется принцип «от фермы до стола», и механизмы анализа рисков.
10. Разработать рекомендации по потреблению пищевых веществ для населения в целом и для уязвимых групп (в особенности младенцев и детей младшего возраста, беременных женщин и пожилых людей).
11. Проводить общественные кампании, направленные на информирование потребителей о пищевых продуктах, питании, безопасности пищевых продуктов и правах покупателей.
12. Обеспечение надлежащих методов маркетинга для всех пищевых продуктов в соответствии с согласованными на международном уровне правилами и методическими рекомендациями по питанию и безопасности пищевых продуктов.
13. Поощрять качественную маркировку пищевых продуктов для улучшения понимания характеристик продукта потребителями, поддержки здорового выбора.
14. Создание национальных и международных систем мониторинга состояния питания, доступности пищевых продуктов и их потребления, а также характера и интенсивности физической активности в различных возрастных и социально-экономических группах, включая детей раннего возраста.
15. Создание систем надзора за пищевыми токсикоинфекциями и систем мониторинга микробиологических и химических рисков в разных звеньях продовольственной цепочки.
16. Проведение оценки влияния программ и стратегий, направленных на снижение бремени болезней, обусловленных питанием и пищевыми продуктами.
17. Совершенствование государственных и частных исследований для более глубокого понимания того, какую роль в развитии и профилактики заболеваний играют такие факторы, как питание, безопасность пищевых продуктов.

2.5. Вклад Белорусского научного общества иммунологов и аллергологов в современную медицину

*Федорович С.В., Барановская Т.В., Завальнюк В.М., Цыганков В.Г.,
Маркова А.Г., Шевчук Л.М., Соколов С.М., Василевский И.В., Жарин В.А.,
Титов Л.П., Новиков Д.К., Бондарук А.М.*

ГУ «Республиканский научно-практический центр гигиены», г. Минск
ГУ «432 Главный военный клинический медицинский центр Вооруженных
Сил Республики Беларусь», г. Минск

Истоки образования Белорусского научного общества иммунологов и аллергологов (БНОИиА) ведут с 1970 года, при Минском городском обществе микробиологов, эпидемиологов и инфекционистов была организована секция иммунологов. Возглавляли секцию профессора, д.м.н. А.П. Красильников и д.м.н. Н.А. Израитель (общая численность членов на тот момент насчитывала