

Об алиментарно-зависимых заболеваниях и мерах их профилактики

Питание является одним из факторов, формирующих здоровье, и играет важную роль, как в профилактике, так и в возникновении большого числа заболеваний различных классов. Питание лежит в основе или имеет существенное значение в возникновении, развитии и течении около 80 % всех известных патологических состояний.

Среди заболеваний, основную роль, в происхождении которых играет фактор питания, 61 % составляют сердечнососудистые расстройства, 32 % - новообразования, 5 % - сахарный диабет II типа, 2 % - алиментарные дефициты (йододефицит, железodefицит и т.д.). Питание имеет существенное значение в возникновении и развитии заболеваний желудочно-кишечного тракта, печени и желчевыводящих путей, эндокринных патологий, заболеваний опорно-двигательного аппарата, кариеса.

По данным статистики в рационе населения Оренбургской области отмечается не достаточное содержание рыбы и рыбных продуктов, мясной продукции, сахара и кондитерских изделий. Заболеваемость эндемическим зобом, связанная с йодной недостаточностью, имеет выраженную тенденцию.

На территории Оренбургской области с целью профилактики йододефицитных состояний и алиментарно-зависимых заболеваний на ряде предприятий пищевой промышленности проводится работа по обогащению продуктов питания массового потребления микроэлементами и витаминами.

Предприятиями хлебопекарной промышленности производится более 3 500 тонн функциональных и специализированных хлебобулочных изделий (йодированная, витаминизированная, диабетическая продукция, продукция с повышенным содержанием пищевых волокон).

Основным производителем продукции, обогащенной микроэлементами, является ОАО «Хлебокомбинат -2», который ежегодно выпускает до 1,8 тыс. тонн продукции, обогащенной йодказеином. На базе ФГБОУ ВУ «Оренбургский государственный университет» постоянно ведется разработка новых видов хлебобулочной продукции лечебно-профилактического назначения. Так производится хлеб отрубной, хлеб зерновой, хлеб гречишный, хлеб луковый без применения хлебопекарных улучшителей, добавок и смесей.

Одним из способов профилактики дефицита йода является использование йодированной соли. Постоянные поставки йодированной соли в Оренбургской области осуществляются в организации торговли, на пищеблоках учреждений здравоохранения, образования, отдыха детей.

Для профилактики алиментарно-зависимых состояний и заболеваний населению рекомендуется:

- включение в рацион питания продуктов, богатых микроэлементами, витаминами (рыба, творог, сыр, морская капуста, фрукты, овощи, витаминизированные соки, йодированный хлеб и т.д.);

- при приготовлении пищи стараться использовать соль, обогащенную йодом, соблюдать условия хранения йодированной соли;

- при назначении препаратов, восполняющих недостаток йода, витаминов, других микроэлементов, в полном объеме соблюдать рекомендации врачей.

