

* Хотите сохранить здоровье?

* Узнайте почему надо

**сбалансировать
питание**

* Недостаток микро и макроэлементов в почве приводит к их недостатку в выращенных и приготовленных продуктах

* **Причина**

ВОПРОСЫ ПИТАНИЯ

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

ISSN 0042-8833

О журнале Архив Редакция Рецензирование Авторам Контакты Этика Дополнительно

en

Купить номер

К содержанию / 6 . 2018

формировать подписку

Мониторинг содержания селена в некоторых пищевых продуктах Хабаровска

Сенькевич Ольга Александровна
Ковальский Юрий Григорьевич
Голубкина Надежда Александровна

ЭЛЕКТРОННЫЙ
ЛЕКАРСТВЕННЫЙ
ПРАВОЧНИК ГЭОТАР

ВЫСШАЯ ШКОЛА
ОРГАНИЗАЦИИ И УПРАВЛЕНИЯ
ЗДРАВООХРАНЕНИЕМ

Резюме

С недостатком потребления селена (Se) связано развитие около 40 заболеваний, включая онкологические и сердечно-сосудистые. По ранее полученным нами данным, Хабаровский край отличается низкой обеспеченностью населения в различных возрастных группах и низким содержанием Se в большинстве пищевых продуктов, что является основной причиной популяционного дефицита Se в Хабаровском крае.

МЕДИЦИНСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

ВОПРОСЫ ПИТАНИЯ

Цель - исследование содержания Se в некоторых пищевых продуктах Хабаровска в сравнительном аспекте. Дизайн исследования: проспективное. **Материал и методы.** Проведено определение содержания Se в некоторых продуктах, отобранных в торговой сети Хабаровска [хлеб пшеничный, ржаной или ржано-пшеничный (48 проб), яйцо куриное - 24 пробы], выбор этих продуктов обоснован их максимальной доступностью для любых слоев населения. Уровень Se определяли флуориметрическим методом.

РЕПРОДУКТИВНОЕ
ЗДОРОВЬЕ
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

УЩЕРБНОСТЬ
ЭКОЛОГИЯ

Результаты и обсуждение. По проведенным ранее исследованиям нами было установлено низкое содержание Se в сыворотке доноров крови и основных пищевых продуктах в Хабаровском крае, что свидетельствует о необходимости мониторинга и коррекции Se статуса. Употребление в пищу исключительно местных продуктов и влияние геохимической специфики местности влияют на основной механизм развития селенодефицита, так как обеспеченность человека полностью зависит от поступления нутриента с

КРИНОЛОГИЯ

Недостаток микро-макро-
элементов и полезных веществ
в продуктах вызывает их
недостаток в приготовленной
пище и **недостаточного**
поступления в организм

*** Причина**

ВОПРОСЫ ПИТАНИЯ

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

ISSN 0042-8833

Купить номер

Оформить подписку

ЭЛЕКТРОННЫЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ СПРАВОЧНИК ГЭОТАР

ШКОЛА ВЫСШАЯ ШКОЛА ОРГАНИЗАЦИИ И УПРАВЛЕНИЯ ЗДРАВООХРАЩЕНИЕМ

МЕДИЦИНСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

ВОПРОСЫ ПИТАНИЯ

РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

АКУШЕРСТВО И ГИНЕКОЛОГИЯ

ЭНДОКРИНОЛОГИЯ

К содержанию / 5 . 2018

Оценка питания взрослого населения Республики Башкортостан

Ларионова Татьяна Кенсариновна
Бакиров Ахат Бариевич
Даукаев Рустем Аскарлович

Резюме

Изучено фактическое питание взрослого населения Республики Башкортостан с использованием гигиенических и статистических методов. На основе данных о характере и количестве потребленной пищи по таблицам химического состава российских пищевых продуктов и результатам собственных исследований рассчитывали пищевую и энергетическую ценность фактически потребляемого среднесуточного продуктового набора. По данным Федеральной службы государственной статистики и проведенного анкетирования 1328 человек (821 женщина и 507 мужчин в возрасте 25-60 лет групп физической активности, проживающих в городской и сельской местности), установлено, что структура потребления основных видов пищевых продуктов (мясо, яйца, картофель, масло растительное, сахар, хлеб) в среднем по России и в Республике Башкортостан достаточно близка, хотя и имеет некоторые особенности. Жители республики потребляют почти на 30% больше молочной продукции, в 2 раза меньше рыбы, на 28% - овощей и фруктов. При сравнении с рациональными нормами в настоящее время не отвечает современным требованиям здорового питания уровень потребления жителями Республики Башкортостан хлеба и сахара (выше в 1,4 и 1,9 раза соответственно), овощей, фруктов, рыбы и морепродуктов (ниже в 2,2; 2,6 и 2,7 раза соответственно), что в значительной мере отражается на химическом составе рациона. Энергетическая ценность рационов питания формируется на 45% за счет потребления углеводов, на 42% - за счет жира, на 13% - белка и составляет в среднем у мужчин 2812±196 ккал/сут, у женщин - 2229±136 ккал/сут. Несбалансированность рациона по

НЕДОСТАТОК МИКРОЭЛЕМЕНТОВ
И ПОЛЕЗНЫХ ВЕЩЕСТВ В
ОРГАНИЗМЕ НЕГАТИВНО
ОТРАЖАЕТСЯ НА РАЗВИТИИ И
ФУНКЦИОНИРОВАНИИ ОРГАНОВ
И СИСТЕМ - люди БОЛЕЮТ

 **Причина**



РОЛЬ СЕЛЕНА, ЦИНКА И МАРГАНЦА В ПАТОГЕНЕЗЕ ХРОНИЧЕСКОГО ГАСТРИТА И ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНИ ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ

ТАРАСОВА ЛАРИСА ВЛАДИМИРОВНА¹

¹ Республиканский гастроэнтерологический центр БУ «Республиканская клиническая больница», г. Чебоксары, Чебоксары

Тип: статья в журнале - научная статья Язык: русский

Номер: 2 (21) Год: 2012 Страницы: 234-239

УДК: 616.342-002.2-002.44-092



ЖУРНАЛ:

МЕДИЦИНСКИЙ АЛЬМАНАХ
Издательство: Ремедиум Приволжье (Нижний Новгород)
ISSN: 1997-7689 eISSN: 2499-9954

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

СЕЛЕН, SELENIUM, ЦИНК, ZINC, МАРГАНЕЦ, MANGANESE, ХРОНИЧЕСКИЙ ГАСТРИТ, CHRONIC GASTRITIS, ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ, DUODENAL ULCER DISEASE

АННОТАЦИЯ:

Исследована концентрация в сыворотке крови селена, цинка и марганца у практически здоровых жителей Чувашской Республики и больных хроническим гастритом и язвенной болезнью двенадцатиперстной кишки. Имеет место сниженное содержание селена, цинка и марганца у практически здоровых жителей республики по сравнению с показателями оптимальной обеспеченности. Концентрации изучаемых микроэлементов в сыворотке крови могут рассматриваться как показатели активности хронического гастрита и оценки тяжести течения язвенной болезни двенадцатиперстной кишки

БИБЛИОМЕТРИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ:

- Входит в РИНЦ®: да
- Входит в ядро РИНЦ®: нет
- Входит в Scopus®:
- Входит в Web of Science®:
- Норм. цитируемость по журналу:
- Цитирований в РИНЦ®: 2
- Цитирований из ядра РИНЦ®: 0
- Цитирований в Scopus®:
- Цитирований в Web of Science®:
- Импакт-фактор журнала в РИНЦ: 0,475

КОРЗИНА

ПОИСК

ИНСТРУКЦИИ

- Просмотреть выпуск
- Загрузить файл (542 Kb)
- Отправить по электронной почте
- Исхаков Э.Р.
- Добавить в подборку
- Редактировать публикацию
- Обсудить эту публикацию с другими читателями
- Показать все публикации автора
- Найти близкие публикации



ОЦЕНКА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО СТАТУСА ДЕТЕЙ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОДЕРЖАНИЯ КОБАЛЬТА В ОРГАНИЗМЕ

МИФТАХОВ С.Ф.¹, АБДУЛИН И.Ф.¹, СВЯТОВА Н.В.¹

¹ Казанский (Приволжский) федеральный университет

Тип: статья в сборнике трудов конференции Язык: русский Год издания: 2018

Страницы: 904-908

УДК: 612.1/.8

НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ
БИБЛИОТЕКА
LIBRARY.RU



ИСТОЧНИК:

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции. ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма». 2018
Издательство: Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма (Казань)

КОНФЕРЕНЦИЯ:

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Казань, 21 февраля 2018 г.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, ДЕТИ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ, СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА, КОБАЛЬТ

АННОТАЦИЯ:

Несбалансированность биоэлементов, включая кобальта, в организме детей является причиной задержки физического, умственного и полового развития, снижается иммунитет, развиваются хронические заболевания. В поддержании структуры и функции всей сердечно-сосудистой системы важную роль выполняют от 25 до 45% всех макро- и микроэлементов, которые входят в состав белковых молекул, гормонов и ферментов. Даже небольшие изменения в сторону увеличения или уменьшения содержания микроэлементов могут вызвать развитие сердечно-сосудистой болезни. Физиологически активной формой кобальта является витамин В12, а недостаточность в организме кобальта - это, по своей сути, недостаточность витамина В12 с

ИНСТРУКЦИЯ

- ▶ Вернуться в список результатов э
- ▶ Следующая страница
- ▶ Предыдущая страница
- ▶ Загрузить полную версию (17,6 Mb)
- ▶ Список статей в журнале Академия, цитирующая данную
- ▶ Добавить публикацию в подборку:

Исхаков Э.Р.

- ▶ Редактировать публикацию
- ▶ Обсудить эту публикацию с другими читателями
- ▶ Показать все публикации автора
- ▶ Найти близкие публикации

КОРЗИНА

ПОИСК

- *1. Добавление в питание специальных форм веществ
- *2. Подъязычный прием определенных специальных форм веществ

*** Есть пути
устранения причин**



BEVERLee®
c i u b

ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ!
ОМОЛАЖИВАЮЩИЙ!

QH

Коэнзим QH
+ лактобактерии





BEAUTY PACK

BEVERLee®

DOUBLE LUXURY

BEVERLee®

DOUBLE LUXURY

BEVERLee®

BEVERLee®



1. Дополнительный источник:

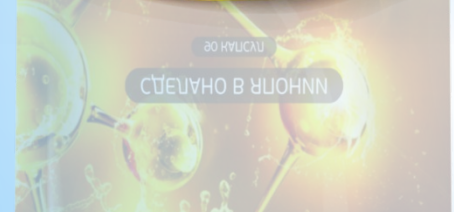
- Коллаген
- Эластин
- Гиалуроновая кислота
- Церамиды

2. Профилактика атеросклероза

3. Улучшение и подвижности гибкости суставов

4. Устранение морщин и провисания кожи

5. Омолаживающий эффект





BEVERLee®
c l u b

TOP FORCE

ЭНЕРГИЯ ДОЛГОЛЕТИЯ



Б.П.Суханов

**Академик Международной академии информатизации,
доктор медицинских наук
профессор кафедры**

гигиены питания и токсикологии

**Московской медицинской академии им И.И. Сеченова
и Института питания Российской Академии Медицинских наук**

**Без БАД сегодня
не может рассчитывать
на здоровье
и хорошее самочувствие
ни здоровый, ни больной человек**

"МР 2.3.0171-20. 2.3. Гигиена питания. Специализированный рацион питания для детей и взрослых, находящихся в режиме самоизоляции или карантина в домашних условиях в связи с COVID-19. Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 10.04.2020)

Документ предоставлен **КонсультантПлюс**

www.consultant.ru

Дата сохранения: 15.03.2021

Активация Windows
rmnews.ru • 14 мин.
Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".
Прогремел взрыв!
Масштабный пожар на нефтезаводе

В рацион рекомендуется включать все основные традиционные продукты:

- хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки, или с добавлением цельнозерновой муки или отрубей, зерновые хлебцы, крупы и макаронные изделия;
- молоко и молочные продукты (молоко, кефир, йогурт без фруктовых наполнителей и др. кисломолочные продукты с массовой долей жира (м.д.ж.) не более 2,5%, творог с м.д.ж. не более 5,0%, сыры с м.д.ж. не более 30%, сметана с м.д.ж. не более 15%, сливочное масло с м.д.ж. не более 72,5% (для взрослых до 10 г/сут.);
- мясо, птицу и рыбу (рыба должна быть в рационе не менее 2 раз в неделю);
- растительные масла (подсолнечное, кукурузное, соевое, оливковое и другие);
- блюда из яиц (2 - 3 раза в неделю), кроме этого яйца могут быть использованы как компонент других блюд (салаты, выпечка и другие);
- достаточное количество фруктов и овощей в свежем виде и после кулинарной обработки - около 400 г в сутки.

Кроме того, в целях повышения пищевой плотности, в рацион рекомендуется включать обогащенную и специализированную пищевую продукцию, включая биологически активные добавки (БАД).

Примерные наборы продуктов для организации питания различных возрастных групп населения представлены в приложении 2 к настоящим методическим рекомендациям.

Примерная масса порций для детей в зависимости от возраста представлена в приложении 3

Активация Windows
 rmnews.ru • 15 мин.
 Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".
 Прогрел взрыв! Масштабный пожар на нефтезаводе