

* 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

Купить номер

формировать подписку

ЭЛЕКТРОННЫЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ РАБОЧНИК ГЭОТАР

ВЫСШАЯ ШКОЛА УЗ ОРГАНИЗАЦИИ И УПРАВЛЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЕМ

МЕДИЦИНСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

ВОПРОСЫ ПИТАНИЯ

РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

УЩЕРБНОСТЬ ЭКОЛОГИЯ

КРИНОЛОГИЯ

К содержанию / 6 . 2018

Мониторинг содержания селена в некоторых пищевых продуктах Хабаровска

Сенькевич Ольга Александровна
Ковальский Юрий Григорьевич
Голубкина Надежда Александровна

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.

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.

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

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

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 Кенсариевна
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

ИНСТРУКЦИЯ

Просмотреть выпуск

Загрузить файл (542 Kb)

Отправить по электронной почте

Исхаков Э.Р.

Список статей, цитирующих данную статью

Список статей Академии, цитирующих данную статью

Добавить подборку

Исхаков Э.Р.

Редактировать публикацию

Обсудить эту статью с другими читателями

Показать все публикации автора

Найти близкие публикации



ОЦЕНКА MORFOФУНКЦИОНАЛЬНОГО 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
eLIBRARY.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

ИНСТРУКЦИИ

- ▶ Вернуться в список результатов э
- ▶ Следующая публикация
- ▶ Предыдущая публикация
- ▶ 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".
 Прогресс взрыв! Масштабный пожар на нефтезаводе