

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ПРИ ГЛЮТЕНОВОЙ ЭНТЕРОПАТИИ

**Василенко З.В., Редько-Бодмер В.В., Зелезинская Е.В., Квачук А.С.
Могилёвский государственный университет продовольствия
г. Могилёв, Беларусь**

Большинство неинфекционных заболеваний пищеварительной системы связано с нарушением питания. Особого внимания в последние годы заслуживает глютеновая энтеропатия, вследствие которой возникают гормональные нарушения, вызывающие замедление процессов роста ребёнка, истощение, потерю мышечной массы, остеопороз, множественный кариес, трофические изменения кожи, кровоточивость, нарушение зрения, аутоиммунный гепатит, бронхиальную астму, ухудшение иммунитета с появлением частых вирусных заболеваний. По данным международных организаций, до 1% населения Земли страдает этой болезнью.

Заболевание вынуждает количественно и качественно изменять состав белкового, жирового и углеводного компонента. Продукты промышленного изготовления для питания больных глютеновой энтеропатией представлены фирмами «GLUTANO» (Германия), "Доктор Шер" (Италия), Finax (Швеция), Moulas (Финляндия), Barkat (Англия), Organ (Австралия). Однако неадекватная замена одних продуктов другими может неоправданно увеличивать или уменьшать квоту отдельных пищевых веществ в суточном рационе, что делает общий дисбаланс питательных веществ еще более выраженным.

Анализ литературных данных показал, что при глютеновой энтеропатии происходит ослабление многих важных физиологических систем организма, включая антиоксидантную защиту и нарушение биоценоза кишечника. Специфические изменения в кишечнике и трудности, возникающие при этом, значительно повышают риск развития пищевых дефицитов, особенно касающихся витаминов (В1, В2, В6, РР, пантотеновая к-та) и минеральных веществ (кальций, магний, селен).

Выраженными антиоксидантными свойствами обладают витамины А, Е, С, К, Д, каротиноиды (β -, α -каротин, ликопин, лютеин, зеаксантин, β -криптоксантин), биофлавоноиды. Суммарно высокий антиоксидантный потенциал имеют перец, томаты, капуста (белокочанная, брюссельская, брокколи), чеснок, лук, чернослив, изюм, цитрусовые, красный грейпфрут, ягоды (черника, клюква, брусника, черная смородина, клубника, земляника, малина). В качестве природного источника минеральных веществ, и, в частности, кальция и магния, может служить кунжут. Ценным источником природного селена являются желтки яиц, орехи кешью, чеснок, белые грибы, морская капуста, оливковое масло, пивные дрожжи, гречневая крупа.

Восстанавливая и поддерживая физиологические системы организма с помощью питания, организованного в объектах общественного питания и домашних условиях можно добиться существенного улучшения состояния больного, его адаптационных и иммунных возможностей.