

АНАЛИЗ ПИЩЕВОГО РАЦИОНА У ЛАКТИРУЮЩИХ ЖЕНЩИН И УРОВНЯ ИНФОРМИРОВАННОСТИ ИХ ИЗ РАЗНЫХ ИСТОЧНИКОВ

Томчик Н. В.¹, Хлебовец Н. И.¹, Янковская Н. И.¹, Викторovich Ю.¹,
Лукашик С. Д.², Онегин Е. Е.³

¹УО Гродненский государственный медицинский университет,
г. Гродно, Беларусь

²УЗ «Гродненский областной клинический перинатальный центр»,
г. Гродно, Беларусь

УЗ «Детская поликлиника № 1», г. Гродно, Беларусь

Актуальность. Одно из важнейших условий развития здорового ребенка – питание беременных и кормящих женщин, которое адекватно физиологическим потребностям организма в этот период [1, 3]. Известно, что будущее здоровье человека начинает формироваться задолго до его появления, что связано с нутритивным статусом и питанием будущей мамы. Кроме того, избыточное несбалансированное питание беременной женщины может стать предрасполагающим фактором для развития у ребенка во взрослой жизни ожирения, сахарного диабета 2-го типа, артериальной гипертензии [5-7]. Согласно современным представлениям, исключение из диеты матерей во время беременности и кормления грудью потенциально аллергенных продуктов не защищает от возникновения аллергии, а даже повышает ее риск [3].

Правильный и сбалансированный рацион лактирующих женщин оказывает непосредственный вклад в формирование качественного состава грудного молока, характеризуемого уникальными нутритивными, иммунорегуляторными и информационными свойствами. В связи с чем питание этой категории лиц должно быть организовано с учетом обеспечения ее высоких потребностей в пищевых веществах (восполнение возникающих дефицитов).

Современные компетенции педиатрической нутрициологии все время совершенствуются, изучается степень программирующего влияния алиментарного фактора на формирование отдельных характеристик здоровья человека и разрабатываются пути пищевой коррекции. Не существует специальных диет для кормящих женщин, необходимо разнообразное и здоровое питание [2, 3, 5].

По мнению Н. С. Лаптенков и соавторов (2017 г.), рационы значительной части лактирующих женщин Республики Беларусь в возрасте 18-39 лет характеризуются недостаточной энергетической ценностью, сниженным содержанием общих белков (в том числе животного происхождения), растительных жиров, углеводов, витаминов D, A (в ретиноловом эквиваленте), C, витаминов группы B, кальция, магния, железа, других микронутриентов по сравнению с рекомендуемыми уровнями [2].

Все вышесказанное определило **цель исследования** – проанализировать приверженность к пищевым продуктам у лактирующих женщин, изучить уровень информированности.

Материалы и методы. В обследовании принимали участие 28 женщин в возрасте 18-38 лет, давших согласие на обследование. В течение двухлетнего наблюдения с помощью специального опросника/анкеты мы получали информацию от респонденток об уровне знаний о пищевом рационе в период кормления грудью, спектре употребляемых продуктов. Оценка уровня знаний, полученных из разных источников, проводилась по 10-балльной системе. Анкетирование выполнялось на третьи сутки пребывания в послеродовом отделении областного перинатального центра, затем через 1, 12, 18 месяцев после родов. У женщин выясняли также акушерский, социальный анамнез, длительность грудного вскармливания. Среди опрошенных матерей вегетарианок не было.

Информация, полученная при изучении анкет, вводилась в базу данных, построенную в среде Microsoft Excel. Статистическая обработка данных проводилась с использованием пакета прикладных программ Statistica 10.0 (SN AXAR207F394425FA-Q). Для расчета доверительного интервала использован онлайн-калькулятор (<http://openepi.com/Proportion/Proportion.htm>).

Результаты и их обсуждение. Установлено, что среди опрошенных женщин через 1 месяц после родов грудного вскармливания придерживались 57,14% (95% ДИ (37,18%-75,54%)), смешанного – 39,28% (% ДИ (21,5%-59,42%)), искусственного – 3,57% (95% ДИ (0,09%-18,35%)). В то же время свыше 12 месяцев кормили своих детей только грудным молоком 21,42% (95% ДИ (8,3%-40,85%)) матерей.

Сравнительный анализ уровня и качества информации о пищевом разнообразии рациона у матерей, кормящих грудью, из разных источников информации представлен в таблице.

Таблица – Оценка уровня и качества информации о пищевом разнообразии рациона у матерей, кормящих грудью, из разных источников информации

Оценка в баллах	Источники получения информации		
	Интернет-ресурсы	Медицинские работники	Немедицинские работники (родственники, подруги и др.)
Me (Q25-Q75)	8,5 (7,5-9,0)	7,0 (5,5-7,5)	7,5 (6,0-8,5)

Выявлено, что наивысшую оценку получили знания из разных интернет-ресурсов, медиана которой составила 8,5 балла, интерквартильный размах (7,5-9,0). В то же время информация, полученная от медицинских работников, получила низкую оценку, медиана которой составила 7,0 баллов, интерквартильный размах (5,5-7,5).

При анализе пищевого рациона респонденток выявлено, что каждая четвертая женщина употребляла более 1,0 литра цельного коровьего молока в сутки, кисломолочных продуктов – 14,29% (95% ДИ (4,03%-32,67%)).

У 32,1% (95% ДИ (15,88%-52,35%)) матерей в питании мясо составляло 300-400 граммов в сутки. Преимущественно это была тощая свинина, мясо птицы, кролика, реже – говядина. Менее 300 граммов мяса в сутки в пищу употребляли 4,48% (95% ДИ (4,03%-32,67%)) женщин. Низкий процент (3,57% (95% ДИ (0,09%-18,35%))) в меню лактирующих матерей составили мясопродукты (колбаса, сосиски и др.). Стоит отметить, что 21,43% (95% ДИ (8,3%-40,95%)) респонденток использовали в своем рационе орехи (грецкие, миндаль).

Углеводы в рационе женщин были представлены чаще сдобой (14,29% (95% ДИ (4,03%-32,67%))), каждая четвертая мама злоупотребляла шоколадом и конфетами. Мультизлаковые продукты ежедневно использовали в своем рационе лишь 14,29% (95% ДИ (4,03%-32,67%)) респонденток.

Спектр фруктов был достаточно разнообразен, 25,0% (95% ДИ (10,69%-44,87%)) матерей использовали эти продукты с учетом сезонности. Цитрусовые употребляли в период кормления грудью 21,43% (95% ДИ (8,3%-40,95%)) матерей. В меню 67,86% (95% ДИ (47,65%-84,12%)) матерей были продукты, содержащие преимущественно жиры растительного происхождения. Эти женщины использовали оливковое и/или подсолнечное масло. 10,7% матерей в рационе применяли продукты с высоким содержанием пищевых добавок и усилителей вкуса.

Более половины опрошенных женщин оценили свой рацион как средне разнообразный (57,14% (37,18-75,54)); очень разнообразным питание было у 28,57% (13,22%-48,57%) матерей. 14,29% (4,03%-32,67%) респонденток считали, что их ежедневное меню не отличалось разнообразием. 10,71% (95% ДИ (2,26%-28,23%)) матерей самостоятельно исключали большое количество продуктов в связи с тем, что по их представлению для хорошей лактации необходима специальная диета.

Выводы:

1. Рацион кормящих женщин достаточно разнообразен, однако имеет место низкое содержание белковой пищи у 4,48% (95% ДИ (4,03%-32,67%)), в том числе животного происхождения, низкий процент мультизлаковых продуктов (14,29% (95% ДИ (4,03%-32,67%))).

2. Наблюдается высокий процент (25,0%) (95% ДИ (10,69%-44,87%)) употребления матерями цельного коровьего молока объемом более 1,0 литра в сутки.

3. 10,7% (95% ДИ (2,26%-28,23%)) матерей в рационе используют продукты с высоким содержанием пищевых добавок и усилителей вкуса.

4. Доверие к качеству и уровню информации, представленной в разных интернет-ресурсах, выше, чем к сведениям, полученным от медицинских работников.

Литература

1. Вахлова, И. В. Грудное вскармливание: обеспеченность и пути оптимизации поступления микронутриентов к матери и ребенку / И. В. Вахлова, Л. А. Щеплягина // Вопросы практической педиатрии. – 2007. – Т. 2, № 6. – С. 24–31.
2. Гигиеническое обоснование разработки специализированных хлебобулочных изделий для питания беременных и кормящих женщин / Лаптенко, Н. С. [и др.] // Пищевая промышленность: наука и технология. – 2017. – № 1 (35). – С. 22–26.
3. Комплексный план осуществления действий в области питания матерей, а также детей грудного и раннего возраста. Женева: ВОЗ. 2014. – Режим доступа: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/113048/WHO_NMH_NHD_14.1_rus.pdf;jsessionid=88456743A72F0F34033950B1797CC32E?sequence=6 – Дата доступа: 22.09.20.
4. Пастбина, И. М. Анкетирование кормящих матерей как инструмент мониторинга ситуации по грудному вскармливанию / И. М. Пастбина // Вопросы питания. – 2015. – Т. 84, № S3. – С. 149.
5. Pérez-Escamilla, R Impact of the Baby-friendly Hospital Initiative on breastfeeding and child health outcomes: a systematic review / R. Pérez-Escamilla, J. L. Martinez, S. Segura-Pérez // Maternal and Child Nutrition, 2016. – Vol. 12 (3). – P. 40–417.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ БЕРЕМЕННОСТИ НА СЕРОТОНИНОВЫЙ ОБМЕН В ПЛАЗМЕ КРОВИ

Фурс В. В.¹, Качук Н. В.²

¹ УО «Гродненский государственный медицинский университет»,
г. Гродно, Беларусь

² УЗ «Гродненский областной клинический перинатальный центр», г. Гродно,
Республика Беларусь

Актуальность. Известно, что гиперсеротонинемия наблюдается при разных осложнениях беременности. Доказана связь повышенного уровня серотонина с таким состоянием, как угрожающие преждевременные роды, тяжелые формы преэклампсии [2, 3]. Количество этого биогенного амина в плазме крови матери увеличивается к сроку родов, достигая своего максимума к моменту самих родов, что может свидетельствовать о вовлечении его в регуляцию родовой деятельности [4]. Проведенные опыты показали, что внутримышечное введение серотонина беременным мышам приводило к прерыванию беременности. Имеются данные о роли серотонина при гиперпролактинемии. Введение предшественников серотонина или его агонистов вызывает повышение уровня пролактина, подавляет овуляторный пик лютеинизирующего гормона и фолликулостимулирующего гормона, а