

# МОЛОЧНЫЕ СМЕСИ ДЛЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН И КОРМЯЩИХ МАТЕРЕЙ И ИХ ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

*Каменко А.Г., Синкевич Е.В.*

УО «Гродненский государственный медицинский университет»,  
кафедра общей гигиены и экологии, Гродно, Беларусь

**Введение.** Полноценное питание детей раннего возраста является важной проблемой здравоохранения, оно предусматривает поступление в организм достаточного количества питательных веществ определенного качественного состава. Материнское молоко – идеальный источник всех необходимых для роста и развития ребенка нутриентов с первых месяцев жизни. Поэтому сбалансированное питание мамы является залогом здоровья ребенка. В современных условиях при большом выборе гастрономических изысков сложно контролировать не то что правильное питание малыша, но и свое собственное. Полноценное питание кормящей женщины определяет качество грудного молока и если мама питается нерационально, качество молока не будет оптимальным. Оптимальностью питания матери определяется и оптимальность развития ребенка от зачатия до завершения роста и созревания [1-3].

Доказано, что последствия недостаточности и нерациональности питания беременных и кормящих матерей имеют долгосрочное или даже пожизненное значение. Недостаточное содержание белка и калорий в рационе влияют на скорость роста и развития ребенка, ведут к задержке функционального созревания органов и систем плода. Наиболее ранимыми оказываются интеллект и психика, система иммунитета, желудочно-кишечный тракт, эндокринная система [2, 3].

В питании беременных женщин и кормящих матерей должны использоваться натуральные продукты, обладающие высокой пищевой и биологической ценностью, однако изучение фактического питания беременных и кормящих женщин в Беларуси показало, что оно, как и у большинства населения,

разбалансировано и дефицитно по ряду пищевых факторов, а по потреблению углеводов и животных жиров – избыточно.

Согласно данным литературы, не только в Беларуси, но и в других странах дефицит витаминов группы В у кормящих женщин выявляется у 30-86% обследованных, аскорбиновой кислоты – у 13-27, каротиноидов – у 37-97, витамина А – у 27, витамина Е – у 16-50% обследованных женщин [2, 3].

Жизнь молодой мамы полна забот: необходимо поддерживать уют в доме, следить за малышом, да и про себя не забывать. А когда на тебе лежит ответственность не только за себя, но и за своего ребенка, то порой забываешь о самых простых вещах, к примеру, о правильном питании. Именно по этой причине современная пищевая промышленность начала выпускать смеси для дополнительного питания не только для детей, но и для матерей. Так как, получая необходимые компоненты пищи вместе с дополнительным питанием, женщине не нужно волноваться по поводу того, из каких продуктов получить необходимые вещества, чтобы и самой остаться здоровой, и чтобы ребенок получил все необходимое с молоком [1, 3].

Поэтому для оптимизации рациона питания беременных женщин и кормящих матерей целесообразно использовать специализированные продукты, обогащенные витаминами и минеральными веществами.

**Цель исследования:** провести гигиеническую оценку состава молочных смесей для дополнительного питания беременных женщин и кормящих матерей различных торговых марок.

**Объект и методы исследования.** Проведен анализ состава молочных смесей для дополнительного питания беременных женщин и кормящих матерей различных торговых марок: «Фемилак» и «Лактамил», произведённых фирмой «Инфаприм» (Российская Федерация), а также «Мама +», произведенный фирмой «Беллакт» (Республика Беларусь), по информации производителей, представленной на этикетке продуктов.

**Результаты и их обсуждение.** На белорусском рынке представлен ряд специализированных продуктов питания для

беременных женщин и кормящих матерей различных производителей. В ходе проведенного анализа смесей «Фемилак» и «Лактамил», произведенных фирмой «Инфаприм» (Российская Федерация), а также «Мама +», произведенный фирмой «Беллакт» установлено, что все продукты вырабатываются из высококачественного обезжиренного коровьего молока, они предназначены для дополнительного питания беременных женщин в течение всего срока беременности и для кормящих матерей и отвечают повышенным потребностям беременных и кормящих матерей в макро- и микронутриентах.

На основе информации, полученной с этикеток, указанных выше товаров, была составлена следующая таблица (в расчете на 100 г восстановленного продукта).

Название смеси	Фемилак	Лактамил	Мама +
Энергетическая ценность, ккал	90	87	77
Белки, г	4,5	4,5	4,0
Жиры, г	3,1	3,1	2,2
Углеводы, г	10,9	10,3	10,1
Цена, бел. руб.	11 руб. 97коп.	15 руб. 55 коп.	4 руб. 58 коп.

Конечно же, для того чтобы оценить сбалансированность нутриентного состава смесей необходимо провести сравнение с физиологическими нормами питания для беременных и кормящих женщин.

	Норма, сут
Энерг. ценность, ккал	2700-2650
Белки, г	106,0-96,0
Жиры, г	88,0-88,0
Углеводы, г	358,0-348,0

В соответствии с современной международной практикой и с учетом того, что специализированные продукты для беременных и кормящих женщин лишь дополняют обычный рацион, с одной-двумя порциями продукта (200-400 мл) обеспечивает поступление 8 (9) – 16 (18) г белка дополнительно. Если учесть, что дополнительная потребность в белке для

беременных и кормящих составляет 30-40 г/сут (см. «Нормы физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для населения Республики Беларусь», 2012), то за счет 1-2-разового употребления данных продуктов женщина покрывает от четверти до половины этой дополнительной потребности в белке.

Содержание жира в продуктах небольшое на одну порцию, однако он представлен смесью растительных и пищевых (очищенный рыбный жир) масел, которые являются источником длинноцепочечных полиненасыщенных жирных кислот.

Не меньшее значение для успешного развития плода и вскармливания ребенка имеет обеспечение организма женщины всеми необходимыми витаминами и микроэлементами. Исследуемые продукты содержат достаточное количество разнообразных витаминов и микроэлементов в количествах, удовлетворяющих одной порцией продукта – от 10 до 35% рекомендуемой нормы их потребления. Предлагаемое содержание позволяет восполнить имеющиеся в обычном рационе дефициты этих нутриентов, не вызывая их избытка.

Нами проведено анонимное анкетирование женщин по вопросам использования ими специализированных продуктов питания при беременности и кормлении грудью. В ходе опроса выяснилось, что лишь 37% женщин использовали в своем питании данные молочные смеси постоянно или время от времени, в то время как основная масса опрошенных – не использовали вообще. Из числа женщин, употреблявших молочные смеси для дополнительного питания беременных женщин и кормящих матерей, большинство (67%) отдают предпочтение продукции торговой марки «Беллакт», мотивируя это доступностью, а также удовлетворенностью высоким качеством и низкой ценой. Это подтверждают и результаты проведенной клинической апробации продукта «Беллакт МАМА» в РНПЦ «Мать и дитя». Показано, что 95% женщин оценили органолептические свойства продукта как хорошие, жалоб на усиление изжоги, тошноты, метеоризма обследуемые не предъявляли, осложнений и побочных эффектов при оценке клинического статуса кормящей женщины и новорожденного не отмечалось, патологических изменений в общих анализах крови и

мочи в обследуемой группе не выявлено.

В ходе проведенной гигиенической оценки смесей для дополнительного питания беременных женщин и кормящих матерей торговых марок «Фемилак» и «Лактамил», произведенных фирмой «Инфаприм» (Российская Федерация), а также «Мама +», произведенный фирмой «Беллакт» (Республика Беларусь), можно сделать следующие **выводы**:

– данные молочные продукты для беременных женщин и кормящих матерей по информации производителей, представленной на этикетке, почти идентичны по своему составу, содержат оптимальный и сбалансированный состав макро- и микронутриентов, положительно влияют на здоровье матери и ребенка;

– лишь 37% из числа опрошенных в ходе проведенного анонимного анкетирования женщин использовали в своем питании данные молочные смеси постоянно или время от времени, отдавая предпочтение продукции торговой марки «Беллакт», мотивируя это доступностью, а также удовлетворенностью высоким качеством и низкой ценой.

#### **Список литературы:**

1. Василевский, И. В. Современные подходы к оптимизации питания детей раннего возраста / И. В. Василевский // Медицинские знания. – 2014. – № 5. – С. 3–10.
2. Специализированные продукты питания для беременных и кормящих матерей / Е. Г. Неверо [и др.] // Медицинская панорама. – 2009. – № 4. – С. 18–25.
3. Влияние характера вскармливания на первом году жизни на некоторые показатели здоровья детей в раннем возрасте / Т. Н. Сорвачева [и др.] // Вопросы питания. – 2001. – № 4. – С. 27–30.