

Бехбудова Д.А.

«НИИ кардиологии» Минздрава Азербайджанской Республики, Баку

ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ В ГРУППАХ ЗДОРОВЫХ МОЛОДЫХ ЛИЦ ИЗ СЕМЕЙ С ОТЯГОЩЕННЫМ ПО ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА И САХАРНОМУ ДИАБЕТУ АНАМНЕЗОМ

Ссылка для цитирования: Бехбудова Д.А. Особенности питания в группах здоровых молодых лиц из семей с отягощенным по ишемической болезни сердца и сахарному диабету анамнезом. Кардиология. 2017;57(11):62–63.

Bekhbudova D.A.

Research Institute of Cardiology of the Ministry of Health of the Azerbaijan Republic, Baku

FEATURES OF NUTRITION IN GROUPS OF HEALTHY YOUNG PEOPLE FROM FAMILIES WITH A HISTORY OF CORONARY HEART DISEASE AND DIABETES HISTORY

For citation: Bekhbudova D.A. Features of Nutrition in Groups of Healthy Young People From Families With a History of Coronary Heart Disease and Diabetes History. Kardiologiya. 2017;57(11):62–63.

По общему признанию, питание является одним из наиболее значимых факторов внешней среды для человека. Соблюдение принципов рационального питания считается одним из необходимых условий успешной профилактики сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ).

Как правило, на этапе стационарного и амбулаторного лечения больным ишемической болезнью сердца (ИБС) и сахарным диабетом (СД) даются врачебные рекомендации по соблюдению основных принципов здорового образа жизни, в том числе по вопросам диетического питания. Изменения в привычном образе жизни больного ИБС и/или СД так или иначе оказывают опосредованное влияние и на привычный образ жизни членов его семьи. С этой точки зрения, интерес представляло изучить, в какой степени практически здоровые члены указанных семей воспринимают и реализуют полученную информацию по диетическому питанию с целью профилактики указанных заболеваний.

Целью настоящего исследования явилось изучение особенностей питания в группах здоровых молодых лиц из семей с отягощенным по ИБС и СД анамнезом при профилактическом обследовании.

В исследование были включены 94 человека молодого возраста. Сравнительный анализ данных проводился в 2 группах пациентов: 1-я группа – здоровые молодые мужчины (n=25; средний возраст $23,5 \pm 1,2$ года) и женщины (n=22; средний возраст $26,5 \pm 1,5$ года), отцы которых перенесли инфаркт миокарда (ИМ) в возрасте

моложе 55 лет, т. е. лица с отягощенной по ИБС наследственностью; 2-я группа – здоровые молодые мужчины (n=32; средний возраст $29,4 \pm 1,3$ года) и женщины (n=15; средний возраст $30 \pm 1,7$ года), среди кровных родственников первой степени родства которых имелись случаи заболевания инсулиннезависимым СД, т. е. лица с отягощенной по СД наследственностью.

Питание обследуемых лиц изучали с помощью методики воспроизведения суточного рациона с использованием муляжей и таблицы химического состава продуктов питания для расчета потребления пищевых веществ. В соответствии с задачами исследования изучали количество и процентное соотношение основных пищевых веществ (белков, жиров, полиненасыщенных жирных кислот и углеводов) в суточном рационе. Оценку суточных рационов проводили в соответствии с концепцией сбалансированного питания. Помимо сведений о съеденной пище собирали данные о ежедневных привычках и режиме питания пациентов, выясняли представления опрашиваемых по вопросам диетического питания. Оценку результатов исследования выполняли в соответствии с полом, возрастом и интенсивностью труда обследованных. Статистическая обработка данных проводилась с помощью пакета прикладных программ Microsoft Excel, методами описательной статистики (вычисление средних, стандартных ошибок, относительных показателей в %). Для частотного анализа использовали критерий χ^2 Пирсона. Достоверность различий данных, представленных в средних значениях

в виде $M \pm m$, осуществляли с использованием парного t -критерия Стьюдента. Различия считали статистически значимыми при $p < 0,05$.

При изучении показателей питания в мужских группах установлено, что среднее количество потребляемых за сутки жиров, углеводов и среднесуточная энергетическая ценность потребляемой пищи в исследуемых группах оказались выше норм, рекомендуемых для данной возрастной категории и пола. В обеих мужских группах отмечена высокая распространенность высококалорийных рационов (32 и 40,6; $p < 0,05$) и рационов с высоким содержанием жиров (24 и 31,3; $p < 0,05$). Рационы, в которых процентное соотношение белков, жиров и углеводов соответствовало формуле сбалансированного питания, отмечены лишь у 12% мужчин 1-й группы и 6,3% мужчин 2-й группы ($p < 0,05$).

В отличие от мужских групп, в женских группах среднее количество потребляемых за сутки основных пищевых веществ и средняя энергетическая ценность пищи оказались ниже норм, рекомендуемых для данного пола и возраста. Высококалорийные рационы отмечены лишь у 13,6% женщин 1-й группы. Во 2-й группе такие рационы полностью отсутствовали. У каждой второй (53,3%) женщины 2-й группы определялась заниженная процентная доля углеводов в суточной энергоценности рациона. Сбалансированных рационов в женских группах выявлено больше, чем в мужских группах, однако распространенность их также оказалась низкой (18,2 и 26,7%; $p < 0,05$).

На вопрос, необходимо ли придерживаться определенных диетологических принципов питания для профилактики ИБС и СД, 76,6% мужчин и женщин исследуемых групп давали положительный ответ. Однако ясных представлений о принципах рационального питания среди опрошенных не отмечено. Большинство мужчин 1-й и 2-й групп не считали для себя необходимым соблюдать определенный режим питания и придерживаться каких-либо ограничений в еде.

По результатам настоящего исследования, питание здоровых молодых мужчин исследуемых групп в основном не соответствовало рекомендуемым нормам. Среди женщин отмечено стремление к соблюдению определенных диетологических рекомендаций, частично связанных с представлениями о значении питания для профилактики ССЗ и СД, но в основном с желанием поддерживать определенную массу тела. При этом режим питания и соотношение основных пищевых веществ в суточной энергетической ценности рационов у женщин не вполне соответствовали рекомендуемым нормам питания.

Таким образом, на основании проведенного исследования можно сделать вывод об отсутствии должного уровня информированности и/или адекватного восприятия здоровыми молодыми мужчинами и женщинами из семей, в которых имеются случаи заболевания ИМ и СД, рекомендаций по вопросам рационального питания, которое является одним из основных условий «здорового образа жизни», лежащего в основе мероприятий по первичной профилактике ССЗ.