способность лактобацилл образовывать в толстой кишке стероиды из холестерина, помогая тем самым снизить уровень циркулирующего в организме холестерина. Наконец, пробиотические микроорганизмы участвуют в регуляции таких кишечных функций как утилизация муцина, абсорбция питательных субстратов различной природы, перистальтика, кроваток в кишечных и иных сосудах и др. через образование ЛЖК, гормонов, ферментов, полиаминов, цитокинов и NO.

Положительный эффект биопродукта «Целебный» на основе пробиотических микроорганизмов на организм человека может проявляться как на местном уровне через нормализацию микробной экологии и воздействия на слизистые пищеварительного тракта, так и системно, с помощью ингибирования роста потенциально вредных микроорганизмов в результате продукции антимикробных субстанций; конкуренции с ними за рецепторы адгезии и питательные вещества; активации иммунно-компетентных клеток и стимуляции иммунитета, стимуляции роста представителей индигенной флоры в результате продукции витаминов и других ростостимулирующих факторов; нормализации pH, eH – потенциала; нейтрализации токсинов, восстановления и оптимизации функционирования биопленки, выстилающей слизистую пищеварительного тракта.

Механизмами положительного эффекта на человека биопродукта на основе микробного консорциума могут быть также изменение микробного метаболизма, ведущего к повышению или снижению синтеза и активности бактериальных ферментов и, как следствие этого, продукции соответствующих метаболитов (например, ЛЖК, глютамина, аргинина, витаминов, пептидогликанов и т.д.), обладающих способностью местно или после проникновения в кровь и другие биологические жидкости макроорганизма непосредственно вмешиваться в метаболическую активность клеток соответствующих органов и тканей, модулировать его морфо-кинетические характеристики, физиологические функции, биохимические и поведенческие реакции.

Сублимированный биопродукт «Целебный» за счет уменьшения объема и массы, удобен для хранение и необходим для здоровья, так как за минимальное количество времени можно приготовить продукт с максимальной натуральностью и полезностью, так как сублимационная сушка продукта является одним из самых современных методов обратимого консервирования биопродуктов, который обеспечивает наилучшее качество конечного продукта и высокую восстанавливаемость микроорганизмов при минимальной продолжительности процесса и, соответственно, минимальных затратах.

Такой биопродукт крайне необходимы для труднодоступных (горных и северных) зон, дрейфующих станций за полярным кругом, геологоразведочным партиям, туристам, для создания пищевых резервов, а также для тех районов, где не налажена холодильная сеть.

ПРОБЛЕМЫ ПИЩЕВОГО СТАТУСА СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА

Жижин К.С.

ГБОУ СПОРО «Ростовский базовый медицинский колледж», Ростов-на-Дону, e-mail: ZIZIN2007@mail.ru

С целью исследования режима, качества и полноценности питания студентов мы ряд лет (2006-2012 гг.) проводим систематический анализ пищевого статуса студентов . Расчетами личного пищевого статуса и меню-раскладок только в 2011-2012 учебном году было охвачено 150 человек 1-3 курсов Ростовского базового медицинского колледжа. В ходе данного лонгитудинального естественного гигиенического эксперимента было установлено, что только 19% студентов придерживаются сбалансированного питания, а 81% – не представляет, что это такое. Стало стереотипом двухразовое питание: отсутствие завтрака или обеда и преобладание плотного ужина. До 70% студентов отмечают, что не соблюдают режима питания ; 80% – питаются раз в день, 60% – 2-3 раза в день. У 60% основной прием пищи приходится на 20 ч и даже позже.

Лишь 30% принимают пищу, как и рекомендовано врачами-гигиенистами: 3-4 раза в день в полном соответствии с физиологической кривой работоспособности, ужиная до 19.00 часов. Завтрак у 8% опрошенных с большой натяжкой можно считать полноценным: утро начинают с бутербродов, с печенья и шоколада без чая, кофе или сока. Жидкие первые блюда ежедневно употребляют в пищу 25, 30% – реже двух раз в неделю, 6% – обходятся без них. Только у 50% студентов в суточном рационе регулярно присутствуют кисломолочные продукты, у 14,5% – редко, 9,4% – не употребляют их. О вреде фастфудов, чипсов и напитков с искусственными наполнителями знает 79,5% студентов, и, тем не менее, 40% из них увлекаются подобными продуктами, а 20% ежедневно употребляют напитки «Фанта», «Кола».

Резюмируя, можно отметить, что, ставшее уже хроническим тревожное положение с регулярным и сбалансированным питанием способствует не только формированию патологии пищеварительной, иммунной и эндокринной систем конкретной личности, но исподволь формирует её искаженный динамический стереотип поведения в социуме, что, в свою очередь, в значительной мере понижает авторитет медицинских работников при проведении ими работы по гигиеническому воспитанию и обучению населения в практическом здравоохранении.