ИЗУЧЕНИЕ МИКРОЭЛЕМЕНТНОГО СОСТАВА ДИЕТЫ ДЕТЕЙ В ЦЕЛЯХ ПРОФИЛАКТИКИ МИКРОЭЛЕМЕНТОЗОВ

© Расулов Сайдула Курбанович, Бобомуратов Турдукул Акрамович, Джураева Зилола Арамовна, Самадов Абдукаххор Абдурахманович

Самаркандский Государственный медицинский институт, Ташкентская медицинская академия, Узбекистан, г. Ташкент, ул. Фароби, 2

Ключевые слова: диета, микроэлементоз.

Цель. Исследование микроэлементного состава пищевых продуктов животного происхождения.

Материал и методы исследования. Макро- и микроэлементы пищевых продуктах определяли методом нейтронно-активационного анализа и атомно-абсорбционной спектрометрии. Нами впервые были исследованы национальные блюда — халиса, чакка, а также 9 видов продукты животного происхождения: молоко, мёд, яйцо (белок, желток), мясо, почки, печень, широко используемое в традиционном питании населения Средней Азии. Чакка — это процеженный кефир с кислым вкусом. Халиса (халим) — каша, приготовляемая из пшеницы и мяса. Это блюдо в основном готовится в Самаркандской области на кануне праздника Навруз.

Полученные результаты. Наиболее богатым железом оказались яичный желток (94 мг/кг), национальное блюдо халиса (70 мг/кг), почки и печень (60–69 мг/кг), говяжье мясо (59 мг/кг) и мёд (45,2 мг/кг).

Цинком богаты в основном халиса, мясо говяжье и яичный желток(85,74 и 55мг/кг, соответственно), в других продуктах — от 2 до 37 мг/кг.

Богатым медью были яичный белок, говяжье мясо (480 и 25 мг/кг, соответственно).

Кальций достаточно много содержится в яичном желтке (800–3585 мг/кг), в молочных продуктах — от 390 мг/кг до 750 мг/кг.

Натрий в очень большом количестве содержится в говяжьем мясе (45900 мг/кг) и яичном белке (14000 мг/кг).

Калий в умеренном количестве находится в говяжьем мясе (1,4%) и яичном белке (1, 4%).

Концентрация магния много в говяжьем мясе (1170 мг/кг), в остальных продуктах — более 100 мг/кг.

Выводы. Считаем наиболее оптимальным и безопасным для осуществления профилактики и коррекции дефицитных микроэлементозов, диету с использование пищевых продуктов, богатых макро- микроэлементами.