

ПЕРЕДОВАЯ СТАТЬЯ

В.А. Тутельян, А.В. Горохов, Е.И. Михайлова,
Л.Н. Владимиров, М.П. Лебедев, М.Е. Игнатьева,
У.М. Лебедева, К.М. Степанов

ПОЛИТИКА В ОБЛАСТИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)

УДК 614.2 (470.43)

В статье представлены обобщенные материалы приоритетных направлений государственной политики в области здорового питания населения в экстремальных условиях Севера; результаты эпидемиологических, гигиенических и клинических исследований. Рассматриваются вопросы качества и безопасности питания, ведения продовольственной и инновационной политики в регионе, разработки современных пищевых технологий и создания новых видов продуктов питания функционального назначения. Показаны региональные аспекты оптимизации структуры питания различных групп населения, в том числе среди беременных женщин и кормящих матерей, детей и подростков, молодежи и взрослого населения с различными нутрициологическими и диетологическими потребностями. Определена ведущая роль Центров здоровья и кабинетов здорового питания в формировании среди населения навыков и культуры питания и профилактики болезней, связанных с нарушением питания. Предлагаются механизмы создания эффективной информационной системы в области мониторинга питания, пропаганды и популяризации идей здорового питания.

Ключевые слова: политика здорового питания, экстремальные условия, фундаментальные основы, региональные аспекты, оптимизация питания, Центры здоровья, нутрициология, диетология, профилактика, качество и безопасность пищи, инновации, пищевые биотехнологии, функциональное питание, мониторинг.

The generalized materials of the priority directions of a state policy in the field of healthy food of the population in extreme conditions of the North are presented in article; results of epidemiological, hygienic and clinical trials. Questions of quality and safety of food, maintaining food and innovative policy in the region, development of modern food technologies and creation of new types of food of a functional purpose are considered. Regional aspects of optimization of food structure of various groups of the population, including pregnant women and nursing mothers, children and adolescents, youth and adult population with various nutritional and dietary requirements are shown. The leading role of the Centers of health and offices of healthy food in formation among the population of skills and feeding culture and prevention of the diseases connected with food violation is defined. Mechanisms of creation of effective information system in the field of monitoring of food, promotion and promoting of ideas of healthy food are offered.

Keywords: policy of healthy food, extreme conditions, fundamental bases, regional aspects, food optimization, Health centers, nutritiology, dietology, prevention, quality and safety of food, innovation, food biotechnologies, functional alimentation, monitoring.

Сбалансированное, рациональное, ориентированное на этнические особенности питание – основа здоровья каждого человека. Правильное, оптимальное питание – это прежде всего

питание, полностью обеспечивающее потребности человека в энергии и всех основных пищевых веществах: белках, жирах, углеводах, пищевых волокнах, витаминах, минеральных солях, микроэлементах и других биологически активных компонентах пищи.

Крайний Север и приравненные к нему по климатическим условиям регионы составляют более 60% территории России. А экстремально суровые природно-климатические условия Республики Саха (Якутия) предъявляют повышенные требования к здоровью населения. Обеспечение оптимальной жизнедеятельности человека в этом регионе, особенно адекватным питанием, в период экономических преобразований в стране приобретает чрезвычайно важную социальную и медицинскую значимость.

Изменение характера питания приводит к развитию болезней метаболической дизадаптации. К ним относятся значительно участвовавшие в последние два-три десятилетия среди коренного и пришлого населения республики случаи ишемической болезни сердца и мозга, артериальная гипертония, болезни обмена веществ, такие как ожирение, сахарный диабет, патологии опорно-двигательного аппа-

рата, анемии, болезни органов пищеварения и др. По данным Территориального органа Федеральной службы государственной статистики по Республике Саха (Якутия), в динамике за последние 5 лет наблюдается рост заболеваемости болезнями эндокринной системы, обмена веществ и иммунитета на 22%, болезнями системы кровообращения – на 45,6%. Уровень заболеваемости анемией в Республике Саха (Якутия) превышает средние показатели Российской Федерации в 1,7 раза, ожирением – в 1,1, болезнями желчного пузыря, желчевыводящих путей – в 1,3, печени – в 2,6 и поджелудочной железы – в 1,6 раза.

Здоровье матери и ребенка является одним из важнейших показателей, определяющих экономический, интеллектуальный и культурный потенциал страны. Полноценное питание беременной женщины и кормящей матери, поддержка грудного вскармливания (ГВ) являются одними из главных условий рождения, роста и развития здорового ребенка. Несмотря на неоспоримые преимущества грудного вскармливания, рекомендованного Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) и Детским фондом ООН (ЮНИСЕФ) для детей первого года

ТУТЕЛЯН Виктор Александрович – д.м.н., академик, директор ФГБУН Института питания, tutelyan@ion.ru; **ГОРОХОВ Александр Васильевич** – министр здравоохранения РС(Я), minzdrav@sakha.gov.ru; **МИХАЙЛОВА Евгения Исаевна** – к.психол.н., д.п.н., академик, РАО, ректор ФГАОУ ВПО «Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова», rector@s-vfu.ru; **ВЛАДИМИРОВ Леонид Николаевич** – д.б.н., профессор, академик, РАЕН и АМОИК РФ, ректор ФГБОУ ВПО «ЯГСХА», prof@sakha.ru; **ЛЕБЕДЕВ Михаил Петрович** – д.т.н., чл.-корр. РАН, председатель ФГБУН «Якутский научный центр» СО РАН, prezidium@prez.usn.ru; **ИГНАТЬЕВА Маргарита Егоровна** – руковод. УФС по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по РС(Я), yakutia@14.rospotrebnadzor.ru; **ЛЕБЕДЕВА Ульяна Михайловна** – к.м.н., руковод. Центра лечебного и профилактического питания НИИ здоровья СВФУ им. М.К. Аммосова, гл. внештат. диетолог МЗ РС(Я), ДВФО, ulev@bk.ru; **СТЕПАНОВ Константин Максимович** – д.с.-х.н., гл. н.с. НИИ здоровья СВФУ им. М.К. Аммосова, stenko07@mail.ru.

жизни, в республике система поддержки грудного вскармливания недостаточно развита. В настоящее время в республике считаются особо актуальными вопросы организации питания беременных женщин и кормящих матерей. Результаты научно-исследовательских работ свидетельствуют о существенном вкладе неудовлетворительного питания беременных женщин в развитие осложнений во время беременности, родов и послеродового периода.

По данным статистики 2014 г., в республике уровень распространенности грудного вскармливания остается низким. В течение десяти последних лет число детей, находящихся на грудном вскармливании до 6 мес., сохраняется почти на одном уровне и колеблется от 48,1 до 51,3%. К 1 году детей, находящихся на грудном вскармливании, остается почти в 2 раза меньше, 26,7 и 29,5% соответственно. Тем временем имеется эффективный опыт работы акушерского стационара Якутской городской клинической больницы. За 6 лет активной работы по поддержке грудного вскармливания в рамках международной программы «Больница, доброжелательная к ребенку» уровень распространенности ГВ вырос от 60 до 99%.

В связи с этим поддержка грудного вскармливания в Республике Саха (Якутия) остается одним из самых приоритетных направлений в области сохранения здоровья населения, а работа по пропаганде, поддержке и поощрению ГВ является чрезвычайно актуальной и заслуживает особого внимания.

Образовательные организации являются единственной системой общественного воспитания, охватывающей в течение продолжительного периода всю детско-подростковую популяцию республики. Большую часть дня (более 70% времени) дети и подростки проводят в стенах дошкольных и школьных образовательных учреждениях. Период воспитания и обучения в образовательной организации совпадает с периодом роста и развития ребенка, когда организм наиболее чувствителен к воздействию различных факторов окружающей среды. Высокая скорость роста и интенсивные процессы обмена веществ требуют постоянного поступления с пищей достаточного количества качественных белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей и микроэлементов. Однако популяционные мониторинговые исследования последних лет (2008-2014

гг.), проведенные сотрудниками Центра питания НИИ здоровья СВФУ им. М.К. Аммосова в трех медико-экономических зонах (арктическая, сельскохозяйственная и промышленная) республики, свидетельствуют о существенных негативных отклонениях от норм обеспеченности детей и подростков целым рядом пищевых веществ, в первую очередь витаминами А, С, В2, железом и кальцием, йодом, полиненасыщенными жирными кислотами, пищевыми волокнами. Результаты этих исследований показали достоверную связь некачественного питания с развитием железодефицитных состояний и анемий, остеопенических состояний и остеопороза, йододефицитных состояний и эндокринопатий. В динамике за последние 10 лет среди детского населения Республики Саха (Якутия) наблюдается статистически значимое увеличение показателей заболеваемости ожирением. Распространенность ожирения в сельскохозяйственных районах (с 2,6 до 11,3) была статистически значимо ниже, чем в арктических (с 4,6 до 14,6 – в 3 раза) и промышленных группах районов (с 5,9 до 17,2 (в 4 раза) на 1000 детского населения).

Вследствие нарушения принципов рационального питания в процессе обучения в школе от младших классов к старшим ухудшаются показатели здоровья и антропометрические характеристики детей и подростков. В настоящее время менее 5% учащихся младших классов школы могут считаться абсолютно здоровыми. К старшим классам их численность уменьшается до 2%. В связи с этим реализация федеральной Программы модернизации школьного питания в 2010-2011 гг. внесла положительные тенденции в организацию питания детей и подростков в образовательных учреждениях Республики Саха (Якутия). В эти годы 22 пилотные школы республики (в Мегино-Кангаласском, Хангаласском и Олекминском районах) были оснащены современным технологическим оборудованием, где осуществлялось двухразовое горячее питание. В продолжение реализации этого проекта в республике создается сеть агрошкол, продвигающих идею здорового питания.

По данным Управления Роспотребнадзора по Республике Саха (Якутия), на протяжении последних 3 лет удельный вес объектов 3-й, неудовлетворительной, группы сократился в 1,5 раза, удельный вес объектов 1-й группы, санитарно-эпидемиологического благополучия, возрос на 3,6%.

В 2014 г. в республике охват горячим питанием школьников увеличился с 97 до 99% (в РФ – 85,1%), по возрастным категориям охват составляет: 100% (в РФ – 95,4%) – школьников 1-4 классов, 99,2% (в РФ – 77,5) – школьников 5-11 классов. В 2014 г. в структуре питающихся школьников 58% из них охвачены 2-разовым питанием (в РФ – 26,6%), что выше на 8% по сравнению с 2012 г. Но школьные рационы однообразные, не восполняют даже физиологические потребности детей в энергии и пищевых веществах для нормального функционирования организма. Удельный вес школьников 3-й–5-й групп здоровья (имеющие хронические заболевания) в школах, где было организовано горячее питание, составил 13% (в РФ – 21,5%).

За период 2011-2013 г. отмечается снижение удельного веса проб готовых блюд, не соответствующих гигиеническим нормативам по санитарно-химическим и микробиологическим показателям (на 0,3 и 1,0% соответственно), и повышение доли проб, не соответствующих требованиям нормативов по калорийности и вложению витаминов С на 11,2%.

Основными проблемами при оптимизации питания в образовательных учреждениях республики являются: отсутствие системы питания детей и подростков; несоответствие материально-технической базы и качества технологического оборудования в части пищеблоков и столовых; отсутствие комбинатов дошкольно-школьного питания; отсутствие единых рационов-меню по физиологической потребности детей и подростков с учетом особенностей условий проживания, обучения, традиций питания; наличие проблемы обеспечения пищеблоков сельских школ системами холодного и горячего водоснабжения; отсутствие системы мониторинга питания, здоровья и обучения; недостаточное развитие транспортной инфраструктуры на территории республики, в отдаленных северных районах продукты доставляются только в короткие сроки навигации или авиатранспортом, что затрудняет поставки продуктов и, соответственно, организацию питания в образовательных учреждениях (детские сады, школы); недостаточное обеспечение или отсутствие профессиональных кадров для качественной организации питания в образовательных учреждениях республики.

В связи с нарушением режима питания за время учебы у многих студентов развиваются заболевания пищева-

рительной системы, а также анемии, гипертоническая болезнь, неврозы и др. Исследование фактического питания студентов высших и средних профессиональных образовательных учреждений на территории республики показало отсутствие в рационах таких основных продуктов, как кисломолочные, рыбные продукты и яйца. Зато было характерно избыточное потребление хлебобулочных, кондитерских изделий, сахаросодержащих продуктов и сладостей.

Остро стоят вопросы организации питания в учреждениях социальной защиты и лечебно-профилактических учреждениях республики. Проблем достаточно, от нехватки профессионального кадрового потенциала, недостаточного обеспечения качественными продуктами питания до отсутствия специализированных продуктов функционального назначения, и многое другое.

Основными причинами сокращения числа долгожителей являются нарушение образа жизни и нерациональное питание, снижение обеспеченности населения местными продуктами, питание привозными продуктами. Так, средняя продолжительность жизни в республике у женщин составляет 71,4 года, у мужчин – 58 лет. Разрыв между продолжительностью жизни мужчин и женщин составляет 13,4 года (Демографическая ситуация в сельской местности РС(Я). - Якутск, 2007. С. 17).

В последние годы усиливаются антропогенные и техногенные воздействия человека на окружающую среду. В связи с этим в экстремальных условиях Якутии загрязнение окружающей среды идет ускоренными темпами. Учитывая это, за последние годы большое значение придается диагностике загрязнений окружающей среды различными токсикантами по пищевой цепи: почва→растения→продукция растениеводства, животноводства→человек. Для этих целей используют различные объекты. В условиях Якутии такими «индикаторами» может быть продукция якутской лошади, оленей, содержащихся круглогодично на пастбищах, рыбы рек, озер, продукция растениеводства и природное фитосырье. Наиболее показательным «индикатором» состояния окружающей среды является состояние здоровья, заболеваемость населения, зависящие не только от социально-экономического уровня, санитарно-гигиенических и других факторов, но также и от экологического состояния окружающей среды, качества пищевой продукции.

Результаты мониторинга качества и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов свидетельствуют о том, что на протяжении последних 2 десятилетий удельный вес продукции, не отвечающей установленным требованиям по микробиологическим показателям, колеблется в пределах 12-11%, в 2014 г. показатель составил 9,5%, что превышает среднероссийский в 2 раза (РФ в 2013 г. – 4,6%). Тем не менее в динамике за последние 10 лет следует отметить устойчивую тенденцию к снижению доли проб продукции, не соответствующей требованиям, по категориям: «молоко, молочные продукты» – в 2,1 раза (в 2000 г. – 20,2%, в 2014 г. – 9,5%), «мясо и мясные продукты» – 1,7 (11,6 и 6,5), «хлебобулочные изделия» – в 1,5 раза (10,5 и 6,7% соответственно). По показателям химической безопасности в республике установлена тенденция к снижению показателей удельного веса проб пищевых продуктов, не соответствующих требованиям санитарного законодательства – от 5,8% в 1997г. до 0,5% в 2014 г., что находится на уровне среднероссийского показателя (РФ в 2013 г. 0,6%). По данным Управления Роспотребнадзора по Республике Саха (Якутия) за последние 8 лет, отмечается снижение удельного веса проб пищевых продуктов, не соответствующих санитарно-эпидемиологическим требованиям по паразитологическим показателям, на 0,5% (с 1,6 в 2007 г. до 1,1% в 2014 г.).

Отсутствие единой системы питания приводит к различным толкованиям при разработке различных программ не только по производству, завозу продуктов, расходованию бюджетных средств, но также и по рациональному питанию человека в условиях Республики Саха (Якутия).

Многие аспекты принципов питания народов Крайнего Севера: молочно-кислая пища, кумыс, бессолевая диета, повышенное потребление высококалорийной пищи (жиров) в условиях низких температур и т.д., признаются гигиенически целесообразными и полезными. В Республике Саха (Якутия) имеется уникальное природное сырье для производства продуктов общего и функционального назначения.

И поэтому в современных экологических условиях нашей задачей является переориентация населения на потребление продуктов, наиболее значимых с позиций здорового питания.

В Российской Федерации на государственном уровне созданы программы, направленные на улучшение пита-

ния населения как один из важнейших факторов, определяющих его здоровье. Реализация принятых документов в субъектах Российской Федерации требует конкретизации с учетом региональных особенностей и традиций.

В целях доступности понимания влияния питания на здоровье населения, в рамках реализации Плана мероприятий Концепции государственной политики в области здорового питания населения Республики Саха (Якутия) с 2001 г. Научно-исследовательским институтом здоровья СВФУ им. М.К. Аммосова проводится мониторинг фактического питания и пищевых привычек среди различных групп населения республики, том числе среди уязвимого слоя населения (беременные женщины, кормящие матери, дети и подростки, а также пожилые люди).

Республика активно включилась в реализацию международных программ. Одна из них – профилактика хронических неинфекционных заболеваний (CINDI). Через сеть подразделений медицинской профилактики и Центров здоровья Министерства здравоохранения Республики Саха (Якутия) проводится информационная, просветительская работа по формированию здорового образа жизни, в том числе – навыков здорового питания. В ЛПУ внедрены программы «Школы здоровья», включающие отдельные обучающие курсы «Школа здорового питания» и «Школа грудного вскармливания» для медицинских работников и населения (Приказ Министерства здравоохранения РС (Я) «О расширении сети Школ здоровья» №01-8/4-17 от 26.01.2005 г.).

Еще одна международная программа – «Мать и дитя» по поддержке грудного вскармливания, реализуется в республике с 2005 г. Укрепление нормативно-правовой базы российского здравоохранения, направленной на охрану и поддержку грудного вскармливания, внедрение Инициативы ВОЗ/ЮНИСЕФ «Больница, доброжелательная к ребенку» в ЛПУ родовспоможения и детства оказывают положительное влияние на динамику распространенности грудного вскармливания. В рамках данной программы в апреле 2012 г. две медицинских организации МЗ РС (Я) получили международные сертификаты «Больница, доброжелательная к ребенку». Следующим этапом развития системы поддержки грудного вскармливания стало создание Министерством здравоохранения Республики Саха (Якутия) Научно-практического центра по поддерж-

ке, пропаганде и поощрению грудного вскармливания и Координационного совета по поддержке, пропаганде и поощрению грудного вскармливания в ноябре 2012 г. (приказ Министерства здравоохранения РС (Я) «О создании Координационного совета по пропаганде, поддержке и поощрению грудного вскармливания МЗ РС (Я)», №01-8/4-1936 от 17.11.2012 г.).

Особое внимание уделяется детскому питанию. В 2006 г. Указом Президента РС (Я) был принят Закон Республики Саха (Якутия) «О наделении органов местного самоуправления муниципальных районов и городских округов РС (Я) отдельными государственными полномочиями по обеспечению бесплатным питанием детей в возрасте до трех лет» №2533 от 07. 02. 2006 г.), который пролонгирован Постановлением Правительства РС (Я) от 16.04.2015 года №105 «О порядке обеспечения полноценным питанием беременных женщин, кормящих матерей, а также детей в возрасте до трех лет в Республике Саха (Якутия)».

Вопросы профилактики и лечения детей с заболеваниями, связанными с нарушением питания, стали специальной темой курсов усовершенствования медицинских работников республики. Курсы повышения квалификации прошли сотрудники детских лечебно-профилактических учреждений, высших и средних медицинских учебных заведений, а также научно-исследовательских институтов.

В соответствии с Планом организационных мероприятий Правительства Республики Саха (Якутия) на 2010 и 2012 гг. в республике состоялись впер-

вые выездное заседание Научного совета Российской Академии медицинских наук по медицинским проблемам питания (НС РАМН) «Актуальные вопросы питания населения Республики Саха (Якутия)» и межрегиональная научно-практическая конференция «Питание – основа образа жизни и здоровья населения в условиях Севера» с участием сотрудников НИИ питания, ведущих нутрициологов страны, представителей различных министерств и ведомств, научно-исследовательских институтов, высших и средних учебных заведений, лечебно-профилактических учреждений, общеобразовательных школ и производственных структур.

По итогам заседания и конференции подписано Соглашение о взаимном сотрудничестве между Правительством РС (Я) и НИИ питания. Соглашение предполагает решение основных задач по улучшению структуры питания и показателей здоровья, повышающих качество жизни населения Республики Саха (Якутия). Результатом проведения данных мероприятий стало включение республики в федеральную Программу модернизации школьного питания на 2010-2011 гг. в рамках приоритетного национального проекта «Образование». В продолжение развития этой программы в 2012 г. Постановлением Правительства Республики Саха (Якутия) был создан Республиканский центр отдыха и оздоровления детей «Сосновый бор», являющийся координатором мероприятий по здоровому питанию в образовательных организациях Республики Саха (Якутия).

Необходимо повышать образова-

тельный уровень населения в вопросах здорового питания, суть которого кратко можно сформулировать следующим образом: здоровое питание = экологические возможности + здоровый ассортимент пищевых продуктов + уровень образования в вопросах рационального питания.

При этом в распространении информации о здоровом питании должны принимать активное участие не только официальные средства массовой информации республики, но и, в качестве партнеров, коммерческие организации.

Укрепление здоровья, снижение распространенности алиментарно-зависимых заболеваний, увеличение ожидаемой продолжительности жизни и повышение качества жизни коренного и пришлого населения Республики Саха (Якутия) за счет развития теории и практики персонализированного питания, разработки эффективных технологий и методов профилактики нарушений здоровья населения с раннего возраста, а также повышение адаптационных возможностей коренного и пришлого населения к изменяющимся условиям климата и глобализации Арктических территорий и обеспечение продовольственной безопасности республики являются крайне актуальными задачами социально-экономического развития региона. При этом главную роль в решении этих задач играют эффективные взаимодействия Правительства Республики Саха (Якутия), федеральных надзорных, образовательных и научных учреждений, производственных структур и общественных организаций.

