

ГИГИЕНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПОТРЕБЛЕНИЯ УГЛЕВОДСОДЕРЖАЩИХ ПРОДУКТОВ У ПАЦИЕНТОВ С ПАРОДОНТОЗОМ

ТГМУ Термезский филиал

Ассистент кафедры медицинской биологии и гистологии

Холбеков Бахтиёр Баманович.

Студент ТГМУ Термезского филиала

Абдурахманов Зухриддин Алишерович

Аннотация.

Одним из актуальных направлений современной нутрициологии является профилактика алиментарно-зависимых заболеваний путём пропаганды здорового питания. Рацион питания оказывает значительное влияние на состояние тканей пародонта. Недостаток витаминов А, Е, D, К, а также микроэлементов кальция, селена и цинка способствует развитию пародонтоза, что требует проведения профилактических и гигиенических мероприятий.

Ключевые слова: пародонтоз, питание, углеводы, гигиена, витамины, профилактика.

Цель исследования:

Провести гигиенический анализ употребления углеводов содержащих продуктов в рационе пациентов с пародонтозом в зимне-весенний период.

Материалы и методы.

Исследование проводилось в зимне-весенний период с анализом 54 рационов (по 9 в месяц). Оценивалось количество и качество углеводов содержащих продуктов (хлеб, хлебобулочные изделия, крупы, овощи и фрукты). Нормативы питания определялись в соответствии с СанПиН 0007-2020 и справочником «Химический состав пищевых продуктов». Статистическая обработка данных выполнялась с использованием программы Statistica for Windows 7.0.

Результаты и обсуждение.

Анализ питания 155 мужчин 30–60 лет с диагнозом «пародонтит» показал, что в рационе отмечается избыточное потребление хлеба и мучных изделий

(в среднем 118,3 % от нормы), особенно пшеничной муки высшего сорта (до 195–197 %), при недостатке ржаного хлеба (52–67 %). Уровень потребления круп (манной, гречневой, ячневой и др.) составил лишь 24–40 % от физиологической нормы.

Отмечено повышенное потребление кондитерских изделий (в 2,2–2,3 раза выше нормы). Количество овощей и фруктов было недостаточным (31–42 % от нормы), особенно в зимний сезон. Потребление винограда и сухофруктов также снижено. Дефицит углеводов растительного происхождения сопровождается недостатком витаминов А, С и группы В, что способствует развитию патологических изменений в тканях полости рта.

Выводы.

У пациентов с пародонтозом выявлено несбалансированное питание с избытком рафинированных углеводов и недостатком растительных продуктов. Это приводит к гиповитаминозу и усугублению воспалительных процессов в полости рта. Коррекция рациона питания является важной частью профилактики и комплексного лечения заболеваний пародонта.

