

Файзибоев Пирмамат Нормаматович

Самаркандский государственный
медицинский университет
Заведующий кафедрой гигиены,
доктор медицинских наук, доцент
(Самарканд, Узбекистан)

Эргашева Шахризода Дилшод кизы

Эргашев Санъатжон Қахрамон оглы

Худойкулова Гулирух Толибжон кизы

Юлдошев Алмардон Хакимович

Клинические ординаторы кафедры гигиены
(Самарканд, Узбекистан)

Аннотация: В настоящее время одной из важнейших задач является улучшение состояния здоровья различных слоёв населения и профилактика заболеваний, связанных с питанием. Нарушение нутритивного статуса становится причиной заболеваний желудочно-кишечного тракта, дефицита йода и железа, остеопороза, избыточного веса, ожирения и сахарного диабета, что наносит серьёзный вред здоровью людей. Связь подобных заболеваний с нарушением микронутриентного статуса широко освещена в работах различных исследователей, и в этом направлении ведутся масштабные исследования.

Ключевые слова: анемия, характеристика питания, железо, хронические инфекции.

Abstract: Currently, one of the most important tasks is to improve the health status of various population groups and to prevent nutrition-related diseases. Nutritional status disorders cause gastrointestinal diseases, iodine and iron deficiencies, osteoporosis, overweight, obesity, and diabetes mellitus, which seriously harm people's health. The connection between such diseases and micronutrient status disorders is widely covered in the works of various researchers, and large-scale studies are being conducted in this area.

Keywords: anemia, dietary characteristics, iron, chronic infections.

Актуальность темы: Анемия — это патологическое состояние, которое поддаётся лечению и требует своевременной диагностики. Правильная постановка диагноза, включая проведение различных лабораторных исследований, позволяет своевременно выявить данную патологию и выбрать соответствующий метод лечения.

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), дефицитом железа страдает более 30% населения планеты, при этом большинство из них — женщины и дети. Распространённость анемии во многом зависит от уровня жизни населения, характера питания, качества и доступности медицинской помощи. По тем же данным, латентный дефицит железа (ЛДЖ) выявляется у 3,6 млрд человек, а железодефицитная анемия (ЖДА) - у 1,8 млрд человек.

Исследования таджикских учёных (Г.М. Саибмурадова и соавт., 2017) показали, что основными этиологическими факторами развития ЖДА у детей являются: гельминтозы (76,6%), неполноценное питание (60%) и физиологические изменения, связанные с половым созреванием у девочек-подростков (71,4%).

Цель: Разработка и внедрение в практику гигиенических рекомендаций, направленных на профилактику анемии и дефицита железа среди молодёжи и школьников.

Материалы исследования: В качестве материала использовались данные о суточном рационе питания школьников и молодёжи, показателях их физического развития, гематологических параметрах, уровне заболеваемости, состоянии здоровья и антропометрических данных учащихся образовательных учреждений.

Результаты исследования: Наибольший риск развития ЖДА наблюдается у младенцев, детей раннего возраста, подростков, женщин репродуктивного возраста, беременных и кормящих женщин.

Анализ последних лет показал, что примерно 1,6 миллиарда человек (примерно четверть населения планеты) страдают от анемии, при этом наиболее высокая распространённость наблюдается среди детей дошкольного возраста и женщин детородного возраста.

Согласно эпидемиологическим данным, в России латентный дефицит железа выявляется у 7,9–31% населения. В разных социальных и этнических группах распространённость ЛДЖ среди дошкольников варьирует от 2 до 6%, а среди девочек-подростков - от 8 до 20%.

Если рассматривать данные исследований за период с 1990 по 2011 годы, охватывающих 185 стран (всего 312 исследований), становится очевидно, что тяжёлые формы анемии среди детей и женщин репродуктивного возраста сохраняются. Около 800 миллионов детей, подростков и женщин страдают от анемии, при этом на страны Африки приходится около 60%, а на страны Юго-Восточной Азии — около 40% от общего числа заболевших.

Основными причинами развития ЛДЖ у детей и подростков являются несбалансированное питание, хронические кровопотери и повышенная потребность железе в период активного роста.

Также следует отметить, что избыточное потребление молочных продуктов и недостаток овощей и бахчевых культур в рационе также способствуют повышенному риску железодефицита. В Испании было проведено перекрёстное популяционное исследование среди 951 ребёнка в возрасте от 1 до 11 лет. По его результатам у 7,7% детей был выявлен диетический дефицит железа, а у 0,9% - железодефицитная анемия.

Вывод: Для выявления основных причин развития ЛДЖ среди детей и подростков необходимо внедрение эффективной системы диагностики и раннего выявления заболеваний. Для этого требуется применение биохимических критериев диагностики ЖДА, разработанных экспертами ВОЗ, забор венозной крови и финансовое обеспечение соответствующих мероприятий.

Использованная литература:

1. Файзибоев П. Н. и др. ЖИГАР КАСАЛЛИГИ БИЛАН ОҒРИГАНТ БЕМОРЛАРДА ПАРҶЕЗ ОВҚАТЛАНИШНИНГ ЎРНИ //Международный журнал теории новейших научных исследований. – 2025. – Т. 3. – №. 1. – С. 34-37.
2. Файзибоев, П. Н., and М. Ш. Ахорова. "TISH KARIESI BILAN KASALLANGAN VA SOG 'LOM BOLALARNING OVQATLANISHINI

ВАНОЛASH." ЖУРНАЛ СТОМАТОЛОГИИ И КРАНИОФАЦИАЛЬНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ 4.1 (2023).

3. Файзибоев П. Н., Файзибоев Б. П. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРИЧИН ЖЕЛЕЗОДЕФИЦИТНОЙ БОЛЕЗНИ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ НА ОСНОВЕ СИСТЕМЫ НАССР // Экономика и социум. – 2025. – №. 4-1 (131). – С. 1242-1246.
4. Буляев З. К. РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ. ЗНАЧЕНИЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫХ ПРОДУКТОВ В УСЛОВИЯХ УЗБЕКИСТАНА // Журнал гуманитарных и естественных наук. – 2025. – №. 23 [2]. – С. 315-319.
5. Файзибоев П. Н. и др. ОЦЕНКА СРЕДНЕСУТОЧНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ В ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ ПОЖИЛОГО НАСЕЛЕНИЯ // Экономика и социум. – 2025. – №. 2-1 (129). – С. 1277-1282.
6. Файзибоев П. Н., Файзибоев Б. П. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРИЧИН ЖЕЛЕЗОДЕФИЦИТНОЙ БОЛЕЗНИ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ НА ОСНОВЕ СИСТЕМЫ НАССР // Экономика и социум. – 2025. – №. 4-1 (131). – С. 1242-1246.
7. Файзибоев П. Н. и др. РОЛЬ ВРЕДНЫХ ФАКТОРОВ В ПРОИСХОЖДЕНИИ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПЕЧЕНИ // Международный журнал теории новейших научных исследований. – 2025. – Т. 3. – №. 1. – С. 23-26.
8. Fayziboev P. N., Fayziboev B. P. THE ROLE OF THE INTERNATIONAL HACCP SYSTEM IN THE ASSESSMENT AND ANALYSIS OF THE RISK OF CONTAMINATION OF CONFECTIONERY PRODUCTS // Журнал гуманитарных и естественных наук. – 2025. – №. 20. – С. 150-152.
9. Shomuratovna B. R. The development and course of chronic pyelonephritis against the background of dysmetabolic nephropathy in children // Web of Humanities: Journal of Social Science and Humanitarian Research. – 2024. – Т. 2. – №. 2. – С. 115-122.