№ 15 (июнь) 2012

ЗДОРОВЫЙ БАЗАР

Вся правда о функциональных продуктах

тема номера

С заботой о здоровье мужчин

Сердечно-сосудистые заболевания твердо занимают первое место среди причин смерти населения РФ. Онкологические заболевания ежегодно уносят жизни сотен тысяч россиян. Восемьдесят процентов населения РФ испытывают дефицит йода, приводящий к серьезным нарушениям работы практически всех систем организма. Несколько миллионов российских семей имеют проблемы с деторождением... Как сделать россиян здоровее?

В нервах ли дело?

Любимая поговорка советского человека о том, что все болезни от нервов, давно потеряла свою актуальность. Сегодня уже известно, что кроме бактерий, вирусов и образа жизни важное влияние на здоровье оказывает питание. Избыток углеводов, животных жиров, консервантов, усилителей вкуса негативно сказывается на здоровье, но значительно более опасен рацион, длительное время обеднённый по содержанию жизненно необходимых микронутриентов (витаминов, минералов и т.д.).

Сложно переоценить значение микроэлементов для организма человека. Ведь именно они составляют активный центр ферментов и гормонов, контролирующих нормальную работу органов и систем. Отсутствие или недостаток какого-либо микроэлемента в организме приводят к понижению функциональной активности соответствующих ферментов и гормонов, а, следовательно, к нарушению в работе подконтрольных им органов.

Продолжение на стр. 4-5

Содержание номера:

Новости

Оренбургские хлебопеки объединятся в ассоциацию

Рынок здорового питания в России: перспективы есть!

стр. 2

Новости техрегулирования

О введении в действие ГОСТов, изменений к ним или их аннулировании

стр. 3

Крупным планом

ООО «НОРД НУКС»: Живите долго!

стр. 6

Вопросы здоровья

Тест-полоской по инфаркту

стр. 7

Новости образования

Разговор о правильном питании

стр. 8

kardio.zdorovbazar.ru

выставки

10.07 - 16.07.2012
Сладкая жизнь - 2012 (Сочи)
Фестиваль меда, напитков, сладостей, молочных продуктов

10.07 - 14.07.2012
Страны СНГ в Казани - 2012 (Казань)
Универсальная выставка-ярамарка продуктов питания

24.08 - 26.08.2012
Тыва Экспо - 2012 (Кызыл)
9-я Межрегиональная универсальная промышленная выставка-ярмарка

25.08 - 26.08.2012
Золотая осень Забайкалья - 2012 (Чита)
10-я Межрегиональная универсальная выставка-ярмарка

27.08 - 02.09.2012
АгроРусь - 2012 (Санкт-Петербург)
Международная агропромышленная выставка-ярмарка

04.09 - 06.09.2012
Агропромышленный форум - 2012 (Екатеринбург)
13-я специализированная выставка

06.09 - 07.09.2012
Молочная промышленность Сибири - 2012 (Барнаул)
Специализированный конгресс

11.09 - 14.09.2012
Агропромышленный форум - 2012 (Екатеринбург)
34-я Межрегиональная специализированная выставка-ярмарка

Здоровое питание

Оренбургские хлебопеки объединятся в ассоциацию

Создан оргкомитет, который займется оформлением документов по созданию ассоциации пекарей Оренбуржья для решения имеющихся проблем и отстаивания прав хлебопекарей региона.

«Такое решение было принято на совещании по вопросу обеспечения качества хлебобулочных изделий в Оренбургской области», - проинформировали в пресс-службе Министерства сельского хозяйства, пищевой и перерабатывающей промышленности области. - Потребность населения области полностью удовлетворяется за счет производства хлеба и хлебобулочных изделий местного производства, - доложил первый заместитель министра сельского хозяйства, пищевой и перерабатывающей промышленности Анатолий Попов.

На территории Оренбургской области хлеб и хлебобулочные изделия вырабатывают более 200 предприятий. Всеми хлебопекарными предприятиями за 2011 год выработано 77,1 тыс. тонн хлеба, на долю промышленных предприятий приходится 51,7% от всего выработанного и 16,0 % от потребления.

40 предприятий области выпускают хлеб и хлебобулочные изделия, обогащенные микронутриентами.

www.agronews.ru

Стратегическая задача наукограда

В единственном в стране аграрном наукограде Мичуринске развивается спецпитание: созданы продукты для космонавтов, в здоровой пище нуждаются и спортсмены, и пожилые люди. Теперь в фокусе внимания – дети.

Одна из глобальных программ, реализуемых в наукограде, направлена на развитие здорового питания живущих в городе детей. По словам Михаила Юрьевича, руководителя дирекции по реализации Программы Мичуринска как наукограда, этот проект уже даёт положительные результаты. Об этом свидетельствуют медицинские обследования, которые проходят школьники два раза в год. Продукты, употребляемые в пищу детьми, должны приносить пользу их подрастающему организму. А начинается всё с хлеба, который, как говорится, всему голова. В Мичуринске уже в течение 10 лет занимаются добавлением в самый народный продукт полезных микронутриентов.

Последние шесть лет обогащённый витаминами и минералами хлеб доставляется в школьные столовые и детские сады. Серьёзное внимание уделяется в городе и тому, чтобы завтраки, обеды, которыми кормят юных мичуринцев, соответствовали санитарно-эпидемиологическим нормам, введена при питании школьников также система расчёта его энергетической ценности.

michpravda.ru

Рынок здорового питания в России: перспективы есть!

Подкомиссия по индустрии оптимального питания и продукции для здорового образа жизни и Комиссия РСПП по индустрии здоровья провели конференцию «Тенденции развития отрасли оптимального питания в России». В рамках мероприятия обсуждали проблемы рынка здорового питания (включая БАД, органические и функциональные продукты и напитки).

Бурную дискуссию вызвало обсуждение рынка здорового питания в мире и России: основные показатели, проблемы, необходимость стандартизации и технического регулирования, перспективы развития в условиях Таможенного союза и ВТО.

Участники отметили, что россияне все больше интересуются здоровым питанием. Времена, когда продукты «доставали», ушли в прошлое, на прилавках свободно лежат колбасы и сосиски, но люди стремятся покупать свежее молоко «из-под коровы», выращенные фермерами картофель и яблоки. Появился интерес к соковой продукции, БАДам, витаминам.

Но вместе с тем, увы, среднестатистический горожанин ест значительно больше, чем нужно, картофеля, хлебобулочных изделий и мало овощей, фруктов, кисломолочных продуктов. В результате организм начинает испытывать дефицит необходимых полиненасыщенных жирных кислот, витаминов, селена, цинка, йода и других минеральных веществ. А это опасно: например, с недостатком кальция и некоторых витаминов связано развитие остеопороза, что чревато частые переломами. Особенно это проявляется у женщин старше 50-55 лет.

Спикеры пришли к выводу, что в России большое количество людей, приверженцев здорового питания. Это не только определенная ниша для фермерской, соковой, витаминной продукции, стабильно разивающийся бизнес, но и увеличение количества людей, ведущих здоровый образ жизни.

Это не отменяет проблему создания отраслевых технических регламентов, чтобы недоброкачественная продукция не попадала на столы и в желудки россиян. А также пропаганду здорового образа жизни, от которой, в итоге, выигрывают обе стороны: и покупатели, и продавцы.

Рынок БАД...

Российский союз промышленников и предпринимателей (РСПП) инициировал разработку единого стандарта качества биоактивных добавок к пище. Единый стандарт позволит ввести прозрачные правила на рынке производства и оборота биоактивных добавок, что повлияет на рост ответственности участников рынка и формирование высоких критериев качества биоактивных добавок. В дальнейшем национальный стандарт сможет перерасти в межгосударственный документ в рамках ЕврАзЭС и стать основой формирования технического регламента Таможенного союза.

Этот норматив призван защитить потребителей от недобросовестных производителей БАДов. Изделия, не соответствующие определенным критериям, просто не поступят в продажу.

На сегодняшний день к рынку БАДов предъявляется много претензий. В первую очередь они связаны с низким качеством этой продукции. Пока что его регулирует только один нормативно-правовой документ. Это действующий с июня 2003 года СанПиН «Гигиенические требования к организации производства и оборота биологически активных добавок к пище». В нем есть множество «белых пятен», так как все технические регламенты Таможенного союза (принятые и разрабатываемые) лишь фрагментарно касаются БАД.

Для разработки проекта нацстандарта на производство и обращение планируется создать рабочую группу с участием экспертов Подкомиссии РСПП, представителей ЕЭК, Росстандарта, Роспотребнадзора, Минздрава России, Минпромторга России и НИИ питания РАМН. При этом будет учитываться опыт Международного альянса национальных ассоциаций производителей диетических и функциональных добавок как ключевого зарубежного разработчика стандартов и требований в сфере производства и обращения БАД.

www.medikforum.ru

новости техрегулирования

Информация ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ о введении в действие ГОСТов, изменений к ним или их аннулировании с 01.04.2012 года:

- ГОСТ Р 54894-2012 «Продукты переработки фруктов и овощей. Определение общего диоксида серы ферментативным методом» **[Уведомление об утверждении стандарта от 19.04.2012]**
- ГОСТ Р 54896-2012 «Масла растительные. Определение показателей качества и безопасности методом спектроскопии в ближней инфракрасной области» **[Уведомление об утверждении стандарта от 23.04.2012]**
- ГОСТ Р 52523-2006 «Вина столовые и виноматериалы столовые. Общие технические условия» **[Уведомление об утверждении изменения к стандарту от 23.04.2012]**
- ГОСТ Р 54902-2012 «Меласса тростникового сахара-сырца. Технические условия» **[Уведомление об утверждении стандарта от 27.04.2012]**
- ГОСТ Р 54901-2012 «Жом сушеный. Технические условия» **[Уведомление об утверждении стандарта от 27.04.2012]**
- ГОСТ ИСО 5507-97 «Семена масличных культур. Номенклатура» **[Уведомление о прекращении применения стандарта от 03.05.2012]**
- ГОСТ ИСО 5507-2012 «Семена масличных культур, растительные масла и жиры. Номенклатура» **[Уведомление об утверждении стандарта от 03.05.2012]**
- ГОСТ Р 54316-2011«Воды минеральные природные питьевые. Общие технические условия» **[Уведомление об утверждении поправки с опубликованием к стандарту от 24.04.2012]**
- ГОСТ 13272-2009 «Консервы из печени рыб. Технические условия» **[Уведомление об утверждении изменения к стандарту от 17.04.2012]**
- ГОСТ «Изделия макаронные низкобелковые. Общие технические условия» **[Уведомление о завершении обсуждения проекта стандарта от 28.04.2012]**
- ГОСТ «Изделия макаронные инстантные. Общие технические условия» **[Уведомление о завершении обсуждения проекта стандарта от 28.04.2012]**

тема номера

Продолжение. Начало на стр. 1

В состав множества ферментов входит селен. В организме человека более 20 селензависимых белков. Селен в большей степени «работает» в регулирующих, т.е. эндокринных органах (щитовидная железа, предстательная железа, надпочечники) и быстро растущих тканях (кровяные клетки, волосы, ногти). Постоянный дефицит селена в рационе питания может стать причиной преждевременного ухода из жизни из-за серьезных заболеваний.

Последствия острого селенового дефицита:

- Младенцы – «колыбельная» смерть.
- Дети и подростки – замедленный рост и позднее половое созревание.
- Молодые люди – нарушение репродуктивной функции.
- Взрослые – ранняя старость, атеросклероз сосудов сердца и мозга (инфаркт, инсульт), катаракта, раннее старение жизненно важных органов.

Селен - наш защитник

Селен уменьшает накопление в организме ртути, кадмия, свинца, таллия и других вредных веществ спутников современной цивилизации. В составе селензависимого белка глутатионпероксидазы селен отвечает за антиоксидантную защиту организма и защиту липидов (жиров) клеточных стенок от перекисного окисления. При недостаточном количестве селена в организме процесс образования свободных радикалов становится бесконтрольным, что ускоряет старение клеток и приводит к повышению восприимчивости к инфекциям, повышению влияния на печень токсинов и вирусов гепатита, выходу из-под контроля аллергических реакций и возникновению целого ряда патологий, основные из которых описаны ниже.

Сердцу нужен селен

Недостаток селена в организме вызывает нарушение жирового обмена, тем самым способствуя развитию атеросклероза, приводящего к сужению сосудов, «кислородному голоданию» сердечной мышцы и, в итоге, инфаркту миокарда. Наиболее подвержены возникновению сердечного приступа мужчины, особенно после 40 лет, когда вероятность смерти от инфаркта у них резко возрастает. До 55 лет каждый третий погибает от ишемической болезни сердца.

В 80-е годы в Финляндии была замечена большая смертность среди мужчин-лесорубов. Казалось бы, сердце молодого крепкого мужчины, занимающегося физическим трудом на свежем воздухе, не может испытывать недостатка в кислороде. Оказалось – может. Причиной явился глубокий дефицит селена, который был выявлен у большинства жителей страны. Крупномасштабные исследования, проведенные в Финляндии в течение 5 лет на 11 тыс. молодых мужчин и женщин (35-59 лет), показали, что при концентрации селена в сыворотке крови ниже 35 мкг/л повышался риск смерти от ишемической болезни сердца в 6,9 (!) раза по сравнению с лицами, имеющими уровень селена в плазме всего на 10 мкг выше (более 45 мкг).

Срочно принятая в Финляндии государственная программа по профилактике селендефицита в рационе питания населения и ответственный подход на всех уровнях к ее реализации позволили кардинально снизить смертность от сердечно-сосудистых заболеваний в этой стране.

В России каждый год от сердечно-сосудистых заболеваний умирают 1,3 млн человек, из них около 190 тыс. – мужчины, недожившие до пенсии.

Без селена папой не станешь

Ни у кого не вызывает сомнений, что питание будущей мамы влияет на здоровье ее будущего ребенка. Недостаток в рационе беременной женщины жизненно важных микронутриентов может привести к врожденным заболеваниям и даже смерти плода. Так исследования на животных показали, что мальчики, рожденные мамами, в рационе которых наблюдался дефицит селена, имеют проблемы с деторождением из-за низкой подвижности сперматозоидов или их полного отсутствия.

Женщинам назначают витамины и минералы еще на этапе планирования беременности, чтобы подготовить организм к успешному зачатию и вынашиванию плода. Про питание будущего отца в этот период обычно не вспоминают, как будто успешное зачатие к нему не имеет отношения. А между тем, селен входит в состав особого белка (селенопептида), находящегося в хвосте сперматозоида. Недостаток селена вызывает разрыв сперматозоидов посередине хвоста, делая их малоподвижными или неподвижными, что становится причиной бесплодия.

Более 3 млн российских мужчин бесплодны.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

Советы доктора

Громова О.А., д.м.н., профессор, зав. кафедрой клинической фармакологии ИвГМА, консультант международного института микроэлементов ЮНЕСКО

Практически у всех жителей нашей страны, живущих вдали от моря, отмечается так называемый «мягкий селенодефицит», при котором в организм поступает лишь 70-80% необходимой ежедневной дозы. Поэтому для профилактики врачи рекомендуют принимать современные селеносодержащие препараты

Селен против рака

Селен в адекватных количествах способен защищать от возникновения онкологических заболеваний и приостанавливать развитие злокачественных опухолей. Крупномасштабные длительные исследования, проведенные в США на 8271 больных, показали, что при потреблении 200 мкг селена в день в течение 5 лет общая смертность от рака снизилась на 50%, количество зарегистрированных онкологических заболеваний - на 64,7%, случаев рака легких - на 44%, простаты- на 65%, рака прямой кишки- на 61%.

В России ежегодно более **300 тыс.** человек умирают от онкологических заболеваний. Средний возраст умерших мужчин – 64,9 лет.

В настоящее время на территории США и Канады проходит масштабное исследование эффективности применения 200 мкг/день селена для профилактики рака у 32400 обследуемых. Результаты будут доступны в 2013 году и, возможно, станут поводом для пересмотра рекомендуемой ежедневной дозы селена.

Норма потребления селена, установленная в РФ и рекомендованная ВОЗ: женщинам – 55 мкг, мужчинам – 70 мкг.

В несколько больших количествах этого микроэлемента нуждаются спортсмены, курильщики, кормящие матери, беременные.

Один йод - хорошо, а с селеном - лучше

О последствиях дефицита йода в организме сказано много. Это и заболевания щитовидной железы, отвечающей за дыхание клеток и жизненную активность, и заболевания сердца, и нарушения психики и памяти, и врожденные умственные расстройства. Россия много десятилетий борется с дефицитом йода и его последствиями, практически не обращая внимания на недостаток селена. А между тем, селен необходим для синтеза йодсодержащих гормонов щитовидной железы. Он входит в состав важнейших ферментов щитовидной железы (дейодиназ), участвующих в процессе отщепления атома йода, поэтому борьба с дефицитом йода невозможна на фоне недостатка селена.

Исследования, проведенные в Калужской области, являющейся йодо- и селендефицитной, как и большинство территорий РФ, показали, что даже при неполной ликвидации йодной недостаточности дополнительное употребление 50 мкг селена способствует улучшению функционального состояния и структуры (исчезновение узлов) щитовидной железы.

Как дела в России?

Практически на всей территории РФ природное содержание селена в почве и воде чрезвычайно низкое. Дополнительно губят его удобрения, еще с советских времен используемые для повышения урожайности, как, в прочем, и в большинстве развитых стран. Кроме того, из-за загрязнения почвы тяжелыми металлами полезный микроэлемент становится плохо усваиваемым.

Есть у нас и природные резервуары селена – море, кавказская минеральная вода и селеновые пласты в горах Южного Урала. Но они обеспечивают достаточный уровень селена лишь у 6% населения РФ. Остальные 94% россиян испытывают недостаток селена в той или иной степени.

По данным консультанта международного института микроэлементов ЮНЕСКО Громовой О.А., к глубоким селенодефицитным регионам относятся Читинская область, Иркутская (Бурятия), Северо-западные регионы Российской Федерации, включая Мурманскую, Ленинградскую, Архангельскую области, а также Новгородская, Вологодская, Псковская, Ярославская, Ивановская, Тверская и Московская области (Громова О.А., Гоголева И.В., 2010).

Более **80%** населения РФ недополучает в среднем **10-20%** от оптимального уровня селена. А около 9% населения обеспечены селеном всего на **52-66%**.

Избыток селена, которого боятся и о котором так много говорят врачи, в РФ может наблюдаться лишь у горнорабочих на Южном Урале, но это локальная проблема, хорошо решаемая на местном уровне.

«Пусть не решить нам всех проблем...» или «Умом Россию не понять», или «Мы идем своим путем», или «Я другой такой страны не знаю…»

Программы профилактики селендефицита сегодня действуют практически во всех странах. В Словении селеном опрыскивают сельскохозяйственные растения. В США делают ставку на содержащие селен биологически активные добавки к пище, настойчиво пропагандируя их прием среди граждан своей страны. В Финляндии используют весь комплекс мер: льготы фермерам за применение удобрений, обогащенных селеном, ознакомление сограждан с опасностями селендефицита, назначение селенсодержащих БАД к пище лицам из группы риска по онкологическим и сердечно-сосудистым заболеваниям.

В России при сохраняющемся дефиците йода, высокой смертности от сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, сложной демографической ситуации не только отсутствуют программы профилактики селендефицита, но и, вопреки усилиям Минздрава, у населения продолжает формироваться устойчивое отрицательное отношение к БАД к пище.

Конечно, один минерал не решит всех проблем. Однако финский опыт показывает, что всего лишь ликвидация дефицита селена в рационе питания населения позволяет снизить число сердечно-сосудистых заболеваний в 2,5 раза, онкозаболеваний - в 1,8 раза, болезней эндокринной системы – на 77%. А это несколько сотен тысяч жизней!

ежегодно курсами по 2-3 месяца 1 раз в день в утренние часы. Самостоятельно можно себе назначить не более 50 мкг селена в сутки. Любое превышение этой нормы должно происходить под контролем специалистов. После 40-45 лет селеновый дефицит увеличивается, что может привести к инфаркту, инсульту, сердечно-сосудистым патологиям и к онкологии. Вот уже на протяжении 10 лет в Финляндии работает программа государственной дотации селена. Его назначают людям, которые входят в группы риска по онкологическим и сердечно-сосудистым заболеваниям. В результате инфаркты «постарели» на 7-10 лет, а рак регистрируется намного реже. Так что, вступая в бальзаковский возраст, позаботьтесь о себе самостоятельно и обязательно обратите на селен особое внимание, не дожидаясь отечественных государственных оздоровительных программ.

Журнал Pronитание, №7 2004

крупным планом

ООО «НОРД НУКС»:

ЖИВИТЕ ДОЛГО!

Как долго человек сможет прожить при правильном питании, регулировании биохимических процессов в организме и использовании геропротекторов? Именно над ответом на этот вопрос вот уже более 5 лет трудятся научные сотрудники небольшой специализированной лаборатории ООО «НОРД НУКС». Подробнее рассказать о своей работе мы попросили руководителя этого научного коллектива Орехова Сергея Михайловича.

- Сергей Михайлович, расскажите, пожалуйста, о ваших разработках в геронтологии.

- Существует группа веществ, получивших название геропротекторы, дословно - вещества, предупреждающие развитие старения. Ещё их можно назвать геромодераторы - умеренно замедляющие темп старения. В основе этой группы лежит уникальное сочетание и правильная пропорция антиоксидантов, витаминов и минеральных веществ, влияющих на процессы старения и продолжительность жизни. Мы дополнительно используем натуральные компоненты из растительного сырья: это и томатное масло, и соевый лецитин, и бета-каротин с ликопином. В ассортименте разработанных нами продуктов, геропротекторов, есть и биологически активные добавки, и косметические средства, планируются фармпрепараты. Одним из таких препаратов является разработанный нами БАД «ГЕРОЛИК + Selenoxanten». Именно в нем, на наш взгляд, подобран оптимальный состав входящих компонентов, участвующих в важных процессах жизнедеятельности организма, стимулирующих внутренние резервы для замедления темпа старения и продления жизни.

ГЕРОНТОЛОГИЯ - (от греч. geron, род.падеж gerontos - старик и ...логия), раздел медицины и биологии, изучающий явление старения живых организмов, в том числе человека.

Фото предоставлено ООО "НОРД НУКС"

- Производите ли что-то ещё кроме геронтологической продукции?

- Конечно. Вот сейчас разработана и готовится к запуску в производство линейка детских косметических средств «Малыш». В дальнейшем планируем разработку и производство фармацевтических препаратов, не могу уточнить каких – коммерческая тайна…

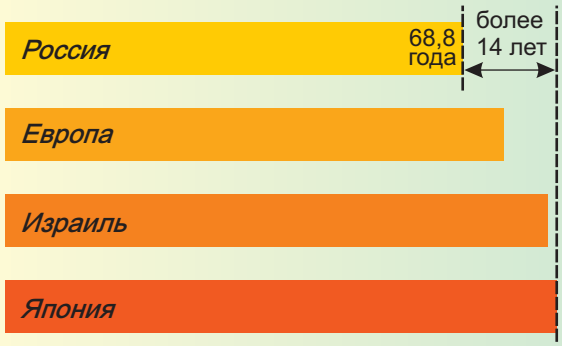
- У вас, наверное, организовано огромное производство для выпуска столь разнообразной продукции?

- Нет, производства своего у нас нет, и свои разработки мы производим по системе аутсорсинга. Но в этом есть свои плюсы – не нужно содержать огромное производство и большой штат сотрудников. А так как коллектив наш небольшой, продвижение и продажу нашей продукции тоже осуществляем по аутсорсингу.

- Спасибо Вам за беседу. Удачи и процветания Вам и Вашему предприятию!

- Огромное спасибо! Здоровья Вам и Вашим читателям. Живите долго!

Средняя продолжительность жизни



Цифры и факты

Согласно данным Росстата, на начало 2011 года продолжительность жизни жителей РФ увеличилась на три с половиной года за пять лет и составила 68,84 года

По статистике, ожидаемая продолжительность жизни в большинстве европейских стран превышает 75 лет.

В Израиле средняя продолжительность жизни составляет 81,6 лет.

Чемпионом долголетия оказалась Япония – ее граждане, в среднем, доживают до 83 лет.

ТЕСТ-ПОЛОСКОЙ ПО ИНФАРКТУ

Диагностика инфаркта миокарда за 20 минут

Современные средства диагностики, разработанные в первом наукограде Обнинске, позволяют обнаружить инфаркт миокарда на ранней стадии и тем самым не только спасти жизнь больному, но и избежать серьезных осложнений.

Медицина двадцать первого века развивается быстрыми темпами. Благодаря современным технологиям и лекарственным препаратам нового поколения, сегодня эффективно лечатся многие из тех заболеваний, которые еще пару десятков лет назад считались неизлечимыми или неизбежно приводящими к инвалидности. Отрадно и то, что стало больше внимания уделяться ранней диагностике заболеваний, ведь чем раньше болезнь обнаружена, тем больше шансов ее вылечить.

Бывают случаи, когда ни годы и даже ни месяцы, а часы и минуты решают, будет ли человек жить. В первую очередь это относится к сердечному приступу. Когда развивается инфаркт миокарда (тромб закупоривает артерии сердца, и сердце начинает погибать от недостатка кислорода), чрезвычайно важно как можно скорее восстановить кровоснабжение сердечной мышцы. Если это не удается сделать в течение первых часов, то исхода может быть только два: инвалидность или смерть.

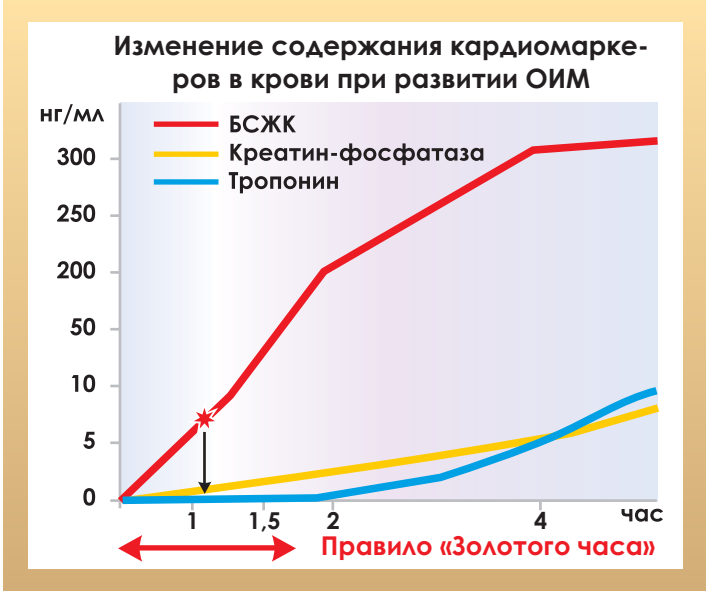
Уровень кардиологической помощи в России сегодня достаточно высок. За последние годы во многих регионах страны открылись специализированные высокотехнологичные кардиологические центры. Но, несмотря на все достижения, до сих пор от сердечно-сосудистых заболеваний умирает каждый второй житель нашей страны. Причина банальна. Начать адекватное лечение можно только после проведения необходимой диагностики и постановки точного диагноза. А для этого необходимо, чтобы, как минимум, больной обратился к врачу. Причем важно, чтобы это произошло в первый час после начала приступа. В этом-то и состоит основная проблема.

Коварность инфаркта миокарда заключается в том, что нередко начинающийся сердечный приступ принимают за другие заболевания: межреберную невралгию, острый панкреатит, приступ астмы и т.д. Человек лечится неправильно, зачастую сам. Или не лечится вовсе, ведь многие наши сограждане отличаются излишней терпеливостью, предпочитая перетерпеть боль, не пользуясь лекарствами и не обращаясь к врачам. В итоге, когда становится ясно, что это инфаркт, драгоценное время уже бывает упущено.

Как исключить ошибки в постановке диагноза и сделать так, чтобы больной обращался за медицинской помощью вовремя? Найдя ответы на эти два вопроса, можно существенно снизить смертность от сердечного приступа.

Задачу решили обнинские ученые. Медики, химики и биологи, объединившиеся в компанию «ОФК-Кардио», созданную на базе группы компаний «Медбиофарм», разработали диагностический набор «КАРД-ИНФО», предназначенный для определения инфаркта миокарда в первые часы от начала его развития. В набор входит диагностическая тест-кассета и все необходимое для проведения анализа по крови: подробная инструкция, спиртовая салфетка для протирания рук, скарификатор для прокола пальца и т.д. Тест-кассета представляет собой нечто среднее между знакомой всем тест-полоской для определения беременности и глюкометром для контроля уровня сахара крови.

При развитии инфаркта миокарда в крови появляются специфические вещества, так называемые кардиомаркеры. На их обнаружении и основана экспресс-диагностика. Для исключения ложноположительных и ложноотрицательных результатов при диагностике важно, чтобы концентрация этих веществ значительно отличались в норме и при инфаркте. И чем на более ранней стадии



сердечного приступа происходит скачок уровня кардиомаркера, тем лучше. В тест-системах «КАРД-ИНФО» в качестве кардиомаркера выбран БСЖК (белок, связывающий жирные кислоты). БСЖК содержится в сердечной мышце и, в отличие от других кардиомаркеров, появляется в крови уже в первый час после начала инфаркта. При этом его уровень резко возрастает, и, составляя 4 нг/мл в норме, через 1,5-3 часа после появления первых симптомов инфаркта он достигает 200-500 нг/мл. Тест «КАРД-ИНФО» способен обнаружить БСЖК при его концентрации в крови 7 нг/мл, т.е. практически через час после появления первых признаков заболевания. Для сравнения, уровень тропонина – наиболее часто используемого кардиомаркера – повышается до диагностически значимого уровня в течение 3-4 часов.

Для проведения теста не требуется никаких особых навыков. Нужно всего лишь протереть руки спиртовой салфеткой и проколоть палец скарификатором; стереть первую каплю крови, помассировать ладонь по направлению от запястья к пальцу, чтобы сформировалась круглая капля крови; с помощью пипетки взять кровь и капнуть 2 капли крови в лунку на тест-кассете, туда же капнуть 2 капли буферного раствора; закрыть окошко колпачком и подождать 10-20 минут. Если по истечении этого времени появились две розовых полоски – срочно вызвать скорую помощь, если это еще не было сделано. Если полоса одна – сделать повторный тест. Если второй тест по-прежнему показывает одну полосу, значит причина боли в чем-то другом, и следует обратиться к врачу для ее выяснения.

Набор «КАРД-ИНФО» может быть применен для диагностики инфаркта миокарда в совокупности с другими методами диагностики, и на догоспитальном этапе медицинскими работниками в медицинских учреждениях или автомобиле «скорой помощи», и человеком без специального образования в домашних условиях, в транспорте, на улице. Самодиагностика сердечного приступа в первый час после появления даже небольших болевых ощущений должна послужить сигналом для немедленного обращения к врачу, и это начало проведения адекватного лечения, а значит, поможет спасти жизнь и здоровье миллионам россиян.

kardio.zdorovbazar.ru

новости образования

«Разговор о правильном питании»

Компания «Нестле Россия» запускает новое интерактивное мультимедийное пособие в рамках детской образовательной программы «Разговор о правильном питании», с помощью которого подростки 12-14 лет смогут легко освоить секреты правильного питания

Пособие разработано авторским коллективом сотрудников Института возрастной физиологии РАО под руководством академика РАО, директора Института М.М.Безруких.

Участники авторского коллектива программы уверены, что информационные технологии могут стать ценным ресурсом в воспитании здорового образа жизни. Мультимедийное пособие «Формула правильного питания» не только повысит у школьников интерес к вопросам здорового образа жизни, но и позволит подросткам легко и с удовольствием открывать секреты правильного питания и осваивать навыки кулинарии – какие продукты лучше выбрать, как правильно сервировать стол, использовать бытовые приборы.

Александра Макеева, руководитель российского проекта «Разговор о правильном питании», старший научный сотрудник Института возрастной физиологии РАО: «Не секрет, что вопросы, связанные со здоровьем и правильным питанием, далеко не всегда привлекают внимание и вызывают интерес у подростков. Для того,чтобы убедить их в том, что правильное питание – это не только здорОво, но и здОрово, нужно использовать современные, понятные и интересные для школьников средства. Вот почему мы привлекли ресурс мультимедиа для решения задачи формирования у подростков полезных привычек и навыков, пробуждения желания быть здоровыми».

Разработка программы была осуществлена по инициативе компании «Нестле Россия», Институтом возрастной физиологии Российской академии образования – ведущим научным учреждением России, занимающимся вопросами развития детского организма, сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения.

Advis.ru

Цифры и факты

Реализация программы осуществляется при поддержке Министерства образования и науки РФ. Программа работает в школах и детских садах России с 1999 года. Ежегодно в ней принимает участие более 700 000 детей и подростков в возрасте от 6 до 14 лет. Участниками программы стали уже более 4,5 миллионов детей из 37 регионов России. За время реализации программы компания «Нестле» инвестировала более 220 000 000 рублей в ее развитие.

Издатель: Некоммерческое партнерство «Здоровый базар»
Главный редактор: Чабань Юлия
Выпускающий редактор: Ибраимова Елена
Корреспонденты: Мироевская Алина, Соловьева Ирина
Корректор: Маланичева Елена
Дизайнер: Касатова Анастасия
Координаты редакции: 249031, Калужская обл., г. Обнинск, ул. Курчатова, 24а
Тел.:(48439) 6-27-55, 6-81-92, (495) 956-07-54
Факс: (48439) 6-81-92
E-mail: gazeta@medbiopharm.ru
Периодичность выхода газеты: 2 раза в квартал
Тираж 300 экз.
www.zdorovbazar.ru