

С.А. Евсеева, А.Г. Егорова, М.С. Саввина,
Ф.В. Винокурова, Т.Е. Бурцева

АНАЛИЗ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ АНАБАРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)

DOI 10.25789/УМЖ.2019.66.22

УДК 616-056.5

В статье представлены результаты исследования рационов питания учащихся, проживающих в пос. Саскылах Анабарского района Республики Саха (Якутия). Полученные результаты выявили, что питание школьников, проживающих в арктических условиях, имеет свои особенности.

Ключевые слова: питание, школьники, Республика Саха (Якутия).

The article presents the results of a study of the diets of students living in the village of Sasykylah Anabarsky district of the Sakha Republic (Yakutia). The results revealed that the nutrition of schoolchildren living in the Arctic conditions has its own characteristics.

Keywords: diet, schoolchildren, Sakha Republic (Yakutia).

Введение. Экстремальные условия проживания на Севере предъявляют повышенные требования к здоровью человека, а обеспечение оптимальной жизнедеятельности населения этого региона, в частности адекватным питанием, приобретает чрезвычайно важную социальную и медицинскую значимость. Эпидемиологические исследования, проведенные в разных регионах России, свидетельствуют о значительных нарушениях питания и здоровья школьников. К этим нарушениям относятся нерациональное соотношение основных пищевых веществ, недостаточное содержание полиненасыщенных жирных кислот, витаминов, макро- и микроэлементов (кальция, железа, йода и др.), пищевых волокон. Повсеместно отмечается избыточное потребление хлебобулочных и кондитерских изделий, соли и добавленного сахара. Вследствие нарушений принципов рационального питания ухудшаются показатели здоровья и антропометрические характеристики детей и подростков [6-10].

Цель исследования: анализ рациона питания детей школьного возраста в п. Саскылах Анабарского района РС (Я).

Материалы и методы исследования. Для того, чтобы рассмотреть отношение школьников к рациональному режиму питания, мы провели анкетирование. Включили в состав сплошной выборки школьников с 6 по

10 класс средней образовательной школы п. Саскылах Анабарского района РС (Я) в количестве 103 чел.

Результаты и обсуждение. В результате анализа полученных данных установлено, что ежедневно или несколько раз в день дети употребляют в пищу мясо (94,1%) или рыбу (50,4%) с макаронными изделиями (64%) (табл. 1) в основном в вареном виде. Также дети употребляют в пищу сырые мясо и рыбу, схваченные морозом и не потерявшие сока. Пернатая дичь – полярные куропатки, утки, гуси и яйца

перелётных птиц (тех же уток и гусей) – также входит в продуктовый ассортимент субарктической кухни. Местные дети употребляют в пищу рыбу (чир, муксун и др.), которая подается сырой, солёной, вяленой. Самостоятельным блюдом является икра рыбы. Из опроса детей стало известно, что они чаще употребляют в пищу икру северной рыбы. Её слегка подсаливают, добавляют репчатый лук или чеснок, чёрный молотый перец, заправляют растительным маслом.

Выявлено, что школьники в недо-

Таблица 1

Рацион питания школьников п. Саскылах Анабарского района

Пищевые продукты	Доля школьников, %				
	несколько раз в день	ежедневно	несколько раз в неделю	несколько раз в месяц	реже 1 раз в месяц
Мясные продукты	3,8	90,3	5,8	0	0
Молоко и молочные продукты	2,9	8,7	75,7	7,7	4,8
Овощи	0	11,6	49,5	23,3	14,2
Рыба и рыбопродукты	11,6	38,8	31	14,5	3,8
Яйца	11,6	11,6	28	29	19,4
Фрукты	0	0	23,3	37,8	38,8
Масло	36,8	39,8	17,4	0	5,8
Макаронные изделия	23,3	40,7	26,2	4,8	4,8
Каши	3,8	11,6	40,7	23,3	20,3
Колбасные продукты	1,9	17,4	64	13,5	2,9
Конфеты, шоколады	17,4	35,9	34,9	11,6	0
Газированные напитки	3,8	14,6	29,1	37,8	14,6
Натуральные соки в тетрапакетах	5,8	14,5	28,1	39,8	11,6
Жареное	17,4	17,4	54,3	16,5	2,9
Мучное	4,8	9,7	66,9	11,6	6,7

ЯНЦ КМП: **ЕВСЕЕВА Сардана Анатольевна** – к.м.н., с.н.с., Sarda79@mail.ru, **ЕГОРОВА Айтилина Григорьевна** – к.м.н., гл.н.с., – руковод. отдела, aitalina@mail.ru, **САВВИНА Майя Семеновна** – к.м.н., с.н.с., maуa_savvina@mail.ru, **ВИНОКУРОВА Фекла Васильевна** – н.с., pfv@mail.ru, **БУРЦЕВА Татьяна Егоровна** – д.м.н., в.н.с. – руковод. лаб., проф. МИ СВФУ им. М.К. Аммосова, bourtsevat@yandex.ru.

статочном количестве употребляют молоко и молочные продукты — в подавляющем большинстве случаев (75,7 %) дети выпивали лишь 1-2 стакана в неделю. Более часто употребляют те, у кого есть домашнее хозяйство (имеют корову).

В то же время употребление конфет, шоколада школьниками было явно избыточным — среди ответов наиболее часто отмечались варианты 3-4 шт. и более, что значительно превышает рекомендуемое количество (табл.2).

Яйца, овощи (в основном картофель) и фрукты употребляют в незначительном количестве, так как они недолго хранятся и доставляются в северные районы только авиарейсом. Из данных, представленных в табл. 1, следует, что из опрошенных школьников 70% употребляли лишь по 1-2 яйца 2 раза в неделю, ежедневно -11,6% и несколько раз в день - 11,6%, в целом употребляют яйцо лишь 23,2% опрошенных. Овощи, в основном в виде картофеля, употребляют ежедневно лишь 11,6%. Фрукты ежедневно никто не употребляет, два раза в неделю получается у 23,3%. Что касается употребления школьниками соли, то оно было явно избыточным. Большинство школьников предпочитают соленую (50,4% респондентов) и острую (26,3%) пищу.

В рамках данного исследования также провели осмотр детей и выявили структуру заболеваемости детского населения п. Саскылах Анабарского района РС (Я) (табл.3).

Как показано в табл. 4, на первом месте находятся болезни эндокринной системы у 66,9% детей. Эндокринная патология, в основном, представлена эндемическим зобом I-II степени (у 62,1%). В Анабарском районе это связано, скорее всего, с эндемичностью территории РС (Я) по содержанию йода [3]. Зобная эндемия наиболее широко распространена на Урале, Северном Кавказе, Алтае, в районах Дальнего Востока и Сибири, Верхнем и Среднем Поволжье, а также в Центральном регионе европейской части страны [4, 5]. Существует целый ряд эпидемиологических работ по изучению распространенности эндемического зоба в Якутии, однако эти работы выполнены в период до 2000 г. [1-3].

Второе место занимает стоматологическая патология (у 58,2%), в основном представленная множественным кариесом у 33,9% осматриваемых. Известно, что одним из факторов развития кариеса является низкая концентрация фторидов в питьевой воде, что отмечается в Анабарском районе. В зимнее время население употребляет талую воду, где концентрация фторидов еще ниже. Также установлено, что

дети в Анабарском районе избыточно употребляют сладости.

На третьем месте находятся болезни костно-мышечной системы (32%), в основном представленные нарушением осанки у 28,1%. В Анабарском районе короткое и холодное лето, отмечаются сильные ветра, зимой пурга, что всегда становится препятствием всякому движению. Недостаток питательных веществ и экстремальные климатические условия, образ жизни влияют на развитие костно-мышечной системы у детей в Анабарском районе.

Республика Саха (Якутия) относится к регионам Российской Федерации, имеющим неблагоприятные показатели здоровья детского населения. Это связано как с экстремальными природно-климатическими условиями, так и с особенностями питания и образа жизни населения [10].

Заключение. Питание детей и подростков Анабарского района Республики Саха (Якутия) имеет свои особенности, которые характеризуются наличием дефицита основных компонентов пищи, несбалансированностью нутриентного состава. Рационы не имеют разнообразия продуктов и блюд, для них характерно недостаточное потребление основных продуктов, таких как молочные продукты, яйца, овощи, фрукты. По результатам анкетирования школьников выявлено, что молочные продукты, яйцо, овощи и фрукты употребляет ежедневно менее половины опрошенных школьников.

Также следует отметить, что ежедневное употребление овощей и фруктов не получается у многих опрошенных. Таким образом, проведенный анкетный опрос школьников позволил установить, что редкое употребление некоторых продуктов связано с отсутствием продуктов в продаже, дороговизной и редким завозом некоторых продуктов из-за транспортной инфраструктуры арктических районов Республики Саха (Якутия).

Работа выполнена при финансовой поддержке гранта РФФИ (№18-05-60035_Арктика).

Таблица 2

Распределение опрошенных школьников в соответствии с употребляемым количеством продуктов (%)

Пищевые продукты	1, 2 шт.	3, 4 шт. или ч.л	Много	Не ест
Конфеты	30,1	23,3	46,6	0
Шоколад	34,9	41,7	23,3	0
Яйцо	70	25,2	4,9	0
Хлеб	33	38,9	28,1	0
Печенье	28,1	38,8	28,1	0
Сахар	65	11,7	23,3	0
Оладьи, пирожки	29,1	21,4	49,5	0

Таблица 3

Профиль патологии детского населения п. Саскылах Анабарского района

Заболеваемость	Количество школьников	
	абс.	%
Болезни эндокринной системы	69	66,9
Болезни органов дыхания	17	16,5
Болезни органов пищеварения	18	17,4
Болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани	33	32
Болезни нервной системы	15	14,5
Болезни глаз	27	26,2
Болезни сердечно-сосудистой системы	16	15,5
Стоматология	60	58,2

Литература

1. Актуальные проблемы эндокринологии / В.А. Петеркова, Н.Ю. Свириденко, О.Б. Безлепкина [и др.] // Тез. докл. III Всеросс. съезда эндокринологов. – М., 1996. – С.241.

Actual problems of endocrinology / V.A. Peterkova, N.Yu. Sviridenko, O.B. Bezlepkinina [et al.] // Abstracts of the III All-Russian congress of endocrinologists reports. – М., 1996. – P.241.

2. Альперович Б.И. Материалы к изучению эндемического зоба в Якутской АССР: авто-

реф. дис. ... канд. мед. наук / Б.И. Альперович. – Якутск, 1962. – 24 с.

Alperovich B.I. Materials of the study of endemic goiter in the Yakut ASSR: abstract of the PhD dis. / B.I. Alperovich // Yakutsk, 1962. – 24 p.

3. Гагарин В.И. Актуальные вопросы здоровья населения Республики Саха (Якутия) / В.И. Гагарин, М.А. Федорова. – Якутск, 1994. – С.98-99.

Gagarin V.I. Current issues of public health of the Sakha Republic (Yakutia) / V.I. Gagarin, M.A. Fedorova. – Yakutsk, 1994. – P.98-99.

4. Дедов И.И. Материалы международного симпозиума «Ликвидация заболеваний, связанных с дефицитом йода» / И.И. Дедов. – Ташкент, 1991. – С.75-84.

Dedov I.I. Materials of the international symposium "Elimination of diseases associated with iodine deficiency" / I.I. Dedov // Tashkent, 1991. – P.75-84.

5. Дедов И.И. Йоддефицитные заболевания в Российской Федерации (эпидемиология, диагностика, профилактика): Метод. пособие / И.И. Дедов, Г.А. Герасимов, Н.Ю. Свириденко. / - М.- 1999. - С.29.

Dedov I.I. Iodine deficiency diseases in the Russian Federation (epidemiology, diagnosis, prevention) / I.I. Dedov, G.A. Gerasimov, N.Yu. Sviridenko // Methodical manual. - M. - 1999. - P.29.

6. Каганов Б.С. Питание подростков: современные взгляды и практические рекомендации / Б.С. Каганов, Х.Х. Шарафетдинов, А.К. Батуринов // Медицина. - 2008. - № 1. - С. 56-64.

Kaganov B.S. Nutrition of adolescents: modern views and practical recommendations / B.S. Kaganov, Kh.Kh. Sharafetdinov, A.K. Baturin // Medicine. - 2008. - № 1. - p. 56-64.

7. Маркова А.И. Образ жизни родителей как детерминанта здоровья детей / А.И. Маркова, А.В. Ляхович, М.Р. Гутман // Гигиена и санитария- 2012. - № 2. - С. 55-61.

Markova A.I. Lifestyle of parents as a determinant of children's health / A.I. Markova, A.V. Lyakhovich, M.R. Gutman // Hygiene and Sanitation.- 2012.- № 2.- P. 55-61.

8. Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах: методические рекомендации /

Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора. – // М.,-2016.- 14 с.

Catering services for children of preschool and school age in organized groups: guidelines / Federal Center for Hygiene and Epidemiology of the Rosпотrebnadzor. – М, 2016.- 14 p.

9. Пищевая ценность национальных молочных продуктов с добавлением лесных ягод и дикорастущих пищевых растений Якутии / У.М. Лебедева, А.Ф. Абрамов, К.М. Степанов [и др.] // Вопросы питания. - 2015. -Т.84, №6 - С.132-140. DOI 10.24411/0042-8833-2015-00071.

Nutritional value of national dairy products with the addition of wild berries and wild food plants of Yakutia / V.M. Lebedeva, A.F. Abramov, K.M. Stepanov [et al.] // Nutrition Issues. - 2015. - №6. - V.84.- P.132-140. DOI 10.24411 / 0042-8833-2015-00071.

10. Петрова П.Г. Среда обитания и здоровье человека на Севере / П.Г.Петрова // Вестник ЯГУ. - 2004. -Т.1, №1.- С.19-28.

Petrova P.G. Habitat and human health in the North / P.G. Petrova // Vestnik YSU.- 2004. -V.1.- №1.- P.19-28.

С.И. Софронова, А.Н. Романова, М.П. Кириллина, В.М. Николаев

ОЦЕНКА ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА И ОЖИРЕНИЯ У КОРЕННОГО НАСЕЛЕНИЯ НА СЕВЕРЕ ЯКУТИИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЭТНИЧЕСКОЙ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ

DOI 10.25789/УМЖ.2019.66.23

УДК 616-008.9. 1-81(571.56)

В экспедиционных условиях на севере Якутии проведено обследование представителей коренного населения (эвенки, долганы, эвены, юкагиры, чукчи, якуты) с целью выявления избыточной массы тела и ожирения. Избыточная масса тела по значению ИМТ варьировала от 27,1% у долган до 37,8% у якутов, не имела существенных различий, наиболее чаще наблюдалась у мужчин. Ожирение достоверно чаще встречалось у эвенков в сравнении с эвенками, юкагирами и чукчами, у якутов в сравнении с эвенками и чукчами, и у долган в сравнении с чукчами. Наиболее чаще страдали женщины. Средние значения систолического АД у эвенков и якутов были выше по сравнению с другими этносами. Высокая частота АГ отмечалась у всех этносов. Выявлена сильная положительная связь ИМТ с уровнем систолического артериального давления.

Ключевые слова: избыточная масса тела, ожирение, артериальная гипертензия, коренное население, Арктическая зона, Якутия.

In the expeditionary conditions in the North of Yakutia, representatives of the indigenous population (Evenks, Dolgan, Evens, Yukagirs, Chukchi, Yakuts) were examined in order to identify overweight and obesity. Overweight in terms of BMI ranged from 27.1% in Dolgans to 37.8% in Yakuts, and there were no significant differences, more often it was observed in men. Obesity was significantly more common in the Evenks compared with the Evens, the Yukagirs and the Chukchi, the Yakuts compared with the Evens and the Chukchi, and the Dolgans compared with the Chukchi. Women suffered most often. The mean values of systolic blood pressure in Evenks and Yakuts were higher compared to other ethnic groups. There was a high frequency of hypertension in all ethnic groups. A strong positive correlation of BMI with the level of systolic blood pressure was revealed.

Keywords: overweight, obesity, arterial hypertension, indigenous people, arctic zone, Yakutia.

Введение. Избыточная масса тела (ИзбМТ) и ожирение в последние десятилетия приобретают масштабные значения, внося вклад в смертность, влияя непосредственно и опосредованно. Во многих странах, больше в

развитых, чем в развивающихся, у населения отмечается рост избыточной массы тела и ожирения [10, 11, 13]. Среди причин смерти у лиц с ожирением стоят сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ) [12]. Проанализированы данные обследования 20607 чел. в возрасте 25-65 лет в 12 регионах РФ, распространенность АГ среди них составила 41,6%. На севере России, в частности в Тюменском регионе, в рамках многоцентрового наблюдательного исследования ЭССЕ-РФ отмечалась высокая частота АГ (49%), ожирения (40,3%) [4, 6]. Ранее проводились многочисленные исследова-

ния с использованием определения индекса массы тела (ИМТ) у коренного населения Якутии, в частности у якутов была отмечена относительно низкая частота ИзбМТ и ожирения по сравнению с пришлым населением. Но в последние годы многими исследователями отмечается их рост среди якутов [2, 5], также у отдельных групп коренных малочисленных народов Якутии, в частности у эвенков и долган [7], эвенов и эвенков [1].

Изменения в традиционном укладе жизни у коренного населения Арктической зоны Якутии привели к «болезням цивилизации», таким как артери-

ЯНЦ КМП: СОФРОНОВА Саргылана Ивановна – к.м.н., гл.н.с. – руковод. отдела, ORCID: 0000-0003-0010-9850, sara2208@mail.ru, **РОМАНОВА Анна Николаевна** – д.м.н., директор, ORCID: 0000-0002-4817-5315, **КИРИЛЛИНА Мария Петровна** – к.б.н., в.н.с. – руковод. лаб., kirillina@mail.ru, **НИКОЛАЕВ Вячеслав Михайлович** – к.б.н., гл.н.с. – руковод. отдела, nikolaev1126@mail.ru.