

*Гвоздовская Т. И.*

## **РОЛЬ АЛИМЕНТАРНОГО ФАКТОРА В ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИЯ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ**

*Научный руководитель: канд. биол. наук, доц. Замбржицкий О. Н.*

*Кафедра общей гигиены*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** В настоящее время в связи с широким распространением новой коронавирусной инфекции COVID-19 наряду с необходимостью проведения противоэпидемических мероприятий необходимо интегрировать все усилия, чтобы обеспечить, на индивидуальном уровне - повышение адаптационного потенциала и иммунного ответа организма для защиты от COVID-19. Питание является важнейшим фактором, определяющим здоровье человека и функционирование всех механизмов защиты организма от отрицательного воздействия окружающей среды. Для профилактики и лечения новой коронавирусной инфекции существенную роль играет коррекция нарушений питания, в том числе витаминной и микронутриентной недостаточности. Исследованиями доказано, что риски тяжелого течения и летальных исходов в значительной степени связаны с наличием алиментарно-зависимых заболеваний. Недостаточная обеспеченность организма эссенциальными микронутриентами снижает функциональную активность иммунокомпетентных органов, повышает риск заражения и вероятность развития осложнений. Установлено, что витамины А, С, D, E, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub> и B<sub>12</sub>, фолиевая кислота, железо, селен и цинк первостепенно важны для обеспечения иммунокомпетентности организма.

**Цель:** дать гигиеническую оценку содержания витаминов А, С, D, E, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> и фолиевой кислоты в суточных рационах питания студентов.

**Материалы и методы.** Информация о фактическом питании студентов 2-3 курсов БГМУ в 2019-2020 гг. была получена на основе исследования 203 суточных меню-раскладок (35 юношей и 168 девушек), составленных с помощью метода 24-часового воспроизведения питания с использованием таблиц химического состава пищевых продуктов. Средний возраст испытуемых 18,7±0,056 лет. Достаточность потребления продуктов, содержащих исследуемые нутриенты, оценивали исходя из действующих физиологических норм потребления пищевых веществ, а также рациональных норм потребления пищевых продуктов для различных групп населения Республики Беларусь. Расчеты и статистическую обработку результатов исследования проводили с использованием программы Microsoft Excel и пакета прикладных программ STATISTICA 10.0.

**Результаты и их обсуждение.** Установлено, что ни у одного юноши и только у 1,8% девушек в рационах питания содержалась суточная физиологическая норма витамина А (900 мкг), соответственно только у 11,4% и 8,33% витамина Е (15 мг/сут), у 8,6% юношей и 37,5% девушек витамина С (90 мг/сут). Суточные рационы питания студентов обеспечивали физиологическую норму потребления витаминов B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> и фолатов примерно на 28 – 72%. Норма потребления витамина D (10 мкг/сут) была отмечена только у 25% юношей и 19,54 % девушек. Этот факт связан с недостаточным потреблением (не соответствующим рекомендуемым нормам) таких продуктов питания как хлеб и хлебобулочные изделия, крупы и бобовые, макаронные изделия, мясо птицы, творог, рыба, твердый сыр и др.

**Выводы.** Исходя из полученных результатов, необходимо проводить персональную коррекцию суточных рационов питания студентов, направленную на соблюдение ими законов рационального, сбалансированного питания, а также дополнительно включать в рационы питания биологические активные добавки (витаминно-минеральные комплексы).