

Титок А.М.

**ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ: ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ
В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Научный руководитель: ст. преп. Полещук А.Ю.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Целиакия, или глютеновая энтеропатия — это иммуноопосредованное заболевание тонкого отдела кишечника у генетически предрасположенных людей, характеризующееся невозможностью переваривать глиадин (компонент глютена) пшеницы и других злаков и сопровождающееся развитием атрофии слизистой оболочки тонкой кишки, которая проявляется синдромом мальабсорбции. Около 1 процента населения мира имеют данную патологию.

В основе патогенеза целиакии лежит накопление содержащихся в глиадине олигопептидов, богатых пролином, которые могут оказывать токсическое действие на тонкую кишку у восприимчивых лиц. Лечебные мероприятия при целиакии сводятся к строгому и пожизненному соблюдению диеты, исключающей глютен.

Особое место занимает организация питания у детей с целиакией в организованных коллективах. Это обусловлено их длительным нахождением в учреждениях образования, где требуется индивидуальный подход к составлению рациона для них. Питание организуется на основе примерных двухнедельных рационов, отдельных от общих рационов питания, с учетом потребности в пищевых веществах и энергии и в соответствии с Методическими рекомендациями по питанию детей с целиакией и другими формами непереносимости глютеносодержащих злаков, утвержденных приказом № 801. Согласно Методическим рекомендациям из рациона исключаются пшеница, рожь, овес и ячмень; ограничиваются продукты, чрезмерно стимулирующие отделение желчи, секрецию пищеварительных соков и моторику; а также продукты и блюда из них, увеличивающие процессы брожения и гниения в желудочно-кишечном тракте. Так же важно следить за недопущением наличия в рационе продуктов, содержащих так называемый «скрытый» глютен. Углеводный компонент рациона восполняется за счёт разрешенных продуктов: гречихи, риса, пшена, фруктов и овощей. Белковый компонент за счёт мяса, яиц, молочных продуктов. Блюда необходимо готовить на пару или отваривать.

Питание осуществляется дробно, 5-6 приемов пищи в сутки, из которых 1-2-3 приема пищи в учреждениях образования. Рацион питания составляется для каждого ребенка индивидуально, в зависимости от состояния здоровья, физиологических особенностей и наличия пищевых аллергий. Исключается возможность перекрестной контаминации блюд продуктами, содержащими глютен, для приготовления пищи используется отдельная промаркированная посуда и инвентарь.

Соблюдение безглютеновой диеты на протяжении всей жизни в большинстве случаев приводит к снижению клинических проявлений заболевания или их полному исчезновению. Правильно составленная диета обеспечивает организм необходимыми питательными веществами и энергией, что особенно важно в детском и подростковом возрасте. Она способствует восстановлению структуры и функций тонкой кишки, а также снижает риск осложнений целиакии.