

Ненартович И.А.

УО «Белорусский государственный медицинский университет»,

г. Минск, Республика Беларусь

КЕТОГЕННАЯ ДИЕТА ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ

Введение. К актуальным проблемам акушерства и диетологии относится организация безопасного питания беременной, способного не только обеспечить физиологические потребности женщины и вынашиваемого ею ребёнка, но и работать на профилактику различных патологических состояний. Определённым трендом в

обществе становится следование различным ограничительным диетам, в частности кетогенной.

Кетогенная диета относится к низкоуглеводным с умеренным потреблением белка и неограниченным поступлением жиров [1]. При наступлении беременности приверженцы такого варианта питания порой не считают необходимым что-либо менять в своем рационе. При этом беременность сама по себе предрасполагает к развитию кетоза и кетоацидоза [3].

Кроме того, идея безопасности такого питания для репродуктивного здоровья женщины в какой-то мере подкрепляется публикациями о достаточно успешном применении кетогенной диеты в лечении синдрома поликистозных яичников. Данный синдром диагностируется у 5–20% женщин в мире и характеризуется олигоановуляцией, гиперандрогенией и/или поликистозной морфологией яичников. Следовательно, могут наблюдаться такие симптомы, как бесплодие, инсулинорезистентность, акне, дислипидемия. Кроме того, существенно возрастает риск ожирения, злокачественных новообразований и расстройства настроения. В исследованиях отмечено снижение массы тела, уменьшение секреции андрогенов, повышение уровня тестостерон-эстрадиол-связывающего глобулина, снижение гликемии натощак и улучшение чувствительности к инсулину [5].

Но метаанализ эффективности кетогенной диеты в лечении сахарного диабета второго типа не выявил изменений гликемии, но было отмечена положительная динамика липидного профиля в виде увеличения липопротеидов высокой плотности [1].

Цель исследования. Проанализировать и систематизировать результаты исследований безопасности кетогенной диеты во время беременности по данным метаанализов и рандомизированных клинических исследований, представленных в крупных международных библиотеках за последний год.

Материалы и методы. В исследование включены публикации, посвященные вопросам эффективности и безопасности кетогенной диеты во время беременности, из числа размещенных в крупных международных библиотеках.

Результаты исследования: проанализированы результаты поисковых запросов в ресурсах National Center for Biotechnology Information (pubmed.ncbi.nlm.nih.gov) и Cochrane Database по поисковому запросу «ketogenic diet for pregnant» с глубиной поиска 5 лет. Среди ресурсов базы данных Cochrane Database материалы не размещены, в National Center for Biotechnology Information (pubmed.ncbi.nlm.nih.gov) по заданному вопросу найдены 8 публикаций, из них исключены из анализа 6 как не соответствующие критериям.

В перечне результатов кетогенной диеты у беременных женщин в качестве возможного преимущества может быть названо снижение массы тела. Тревожным фактом являются сообщения о риске нарушений развития головного мозга плода у женщин, придерживающихся кетогенной диеты. К управляемым рискам можно отнести дефицит витаминов С, группы В, кальция и клетчатки. Это стало основанием отнести подобный вариант питания к опасным во время беременности и кормления грудью [2].

Исследования кратко- и долгосрочных эффектов подобного питания продолжаются. Так, эффект низкоуглеводной диеты отслеживали в работе на беременных и лактирующих мышах Synapsin II knockout (модель височной эпилепсии, при которой приступы проявляются через 2–3 месяца после рождения). Диеты назначали до зачатия, продолжали во время беременности и еще в течение 5 месяцев после рождения (матерям и потомству). По предварительным данным, только у мышат-самочек (но не мышат-самцов) от матерей, находившихся на низкоуглеводной диете, отмечен более поздний дебют судорог [4].

Выводы. На сегодняшний день недостаточно данных, подтверждающих потенциальную пользу и безопасность кетогенной диеты во время беременности как для самой женщины, так и для ребенка. Сообщается о возможных негативных последствиях приверженности такому питанию. Таким образом, с точки зрения доказательной медицины нет оснований рекомендовать женщинам выбирать кетогенную диету на период беременности.

Литература

1. Choy, KYC. The effects of the ketogenic diet for the management of type 2 diabetes mellitus: A systematic review and meta-analysis of recent studies/ KYC Choy, JCY Louie// *Diabetes Metab Syndr.* – 2023. doi: 10.1016/j.dsx.2023.102905.
2. Marshall, N.E. The importance of nutrition in pregnancy and lactation: lifelong consequences/ N.E. Marshall, B. Abrams, L.A. Barbour, P. Catalano, P. Christian, J.E. Friedman, W.W. Jr. Hay, T.L. Hernandez, N.F. Krebs, E. Oken, J.Q.? J.M. R. Purnell, H. Soltani, J. Wallace, K.L. Thornburg // *Am J Obstet Gynecol.* – 2022. doi: 10.1016/j.ajog.2021.12.035.
3. Meoli, M. Eu or hypoglycemic ketosis and ketoacidosis in children: a review/ S.A.G. Lava, G. Bronz, B. Goeggel-Simonetti, G.D. Simonetti, I. Alberti, C. Agostoni, M.G. Bianchetti, M. Scoglio, S.A. Vismara, G.P. Milani // *Pediatr Nephrol.* – 2024. doi: 10.1007/s00467-023-06115-5.
4. Michetti, C. Low glycemic index diet restrains epileptogenesis in a gender-specific fashion/ C. Michetti, D. Ferrante, B. Parisi, L. Ciano, C. Prestigio, S. Casagrande, S. Martinoia, F. Terranova, E. Millo, P. Valente, S. Giovedi, F. Benfenati, P. Baldelli // *Cell Mol Life Sci.* – 2023. doi: 10.1007/s00018-023-04988-1.
5. Xing, N.N. Effects of ketogenic diet on weight loss parameters among obese or overweight patients with polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials/ N.N. Xing, F. Ren, H. Yang// *Food Nutr Res.* – 2024. doi: 10.29219/fnr.v68.9835.

Министерство здравоохранения Республики Беларусь
УО «Гродненский государственный медицинский университет»
Кафедра акушерства и гинекологии

ЗДОРОВЬЕ СОВРЕМЕННОЙ ЖЕНЩИНЫ

**МАТЕРИАЛЫ РЕСПУБЛИКАНСКОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ**

(Гродно, 6 декабря 2024 г.)

Научное электронное издание

Минск
«Профессиональные издания»
2024