

УДК 616.155.163-613.2

А.С. Керімқұлова, А.М. Марқабаетова, Г.К. Турдунова, Г.А. Ергазина

Семей қаласының мемлекеттік медицина университеті,
Аралас үлгідегі емхана №1, Семей қ.

МИКРОНУТРИЕНТТЕР МЕН ГЕМОГЛОБИН КӨРСЕТКІШТЕРІН ЗЕРТТЕУ

ТҰЖЫРЫМ

Семей қаласы ұлттық салауатты тамақтану орталығының қызметкерлері «Саламатты Қазақстан» бағдарламасы аясында ұрпақ өрбіту жасындағы әйелдер мен 6-59 ай аралығындағы балалар арасында микронутриенттермен қамтамасыз етілуі бойынша мониторинг жүргізілді.

Материалдар мен әдістер: Зерттеуге іріктеу кездейсоқ кластерлі әдіспен, әр кластерде 5 жасқа дейінгі 20 бала мен ана (20 ұрпақ өрбіту жасындағы әйелдер), яғни 85 бала мен 82 әйел алынды. Әрбір әйелдің зерттеуге қатысуға келісімі алынған соң, қандағы гемоглобин мөлшері анықталып, микронутриенттер мөлшерін анықтау үшін қан және несеп алынды.

Қорытынды: Осы мәліметтерді терең зерттей отырып, алдын алу шараларын жүргізу керектігін көреміз. Осы зерттеу кезінде халықтың салауатты тамақтану және тағамдардың құндылығы туралы көп сұрақтарды біле бермейтіні анықталды.

Негізгі сөздер: гемоглобин, фолий қышқылы, А дәрумені, салауатты тамақтану

Маңыздылығы

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы мәліметтері бойынша адамның денсаулығы 50-60% тамақтану мен өмір сүру салтына байланысты. Қазіргі уақытта адам денсаулығына қауіпті факторларға тамақтану жеткіліксіздігі, артық салмақ, микронутриенттер жеткіліксіздігі, маскүнемдік, жоғары қан қысымы, тағамдар мен судың төмен сапасы, қан құрамындағы холестериннің жоғары мөлшері жатады (Шарманов Т.К., 2010).

Мақсаты: Семей қаласы ұлттық салауатты тамақтану орталығының қызметкерлері «Саламатты Қазақстан» бағдарламасы аясында ұрпақ өрбіту жасындағы әйелдер мен 6-59 ай аралығындағы балалар арасында микронутриенттермен қамтамасыз етілуіне мониторинг жүргізу.

Материалдар мен әдістер

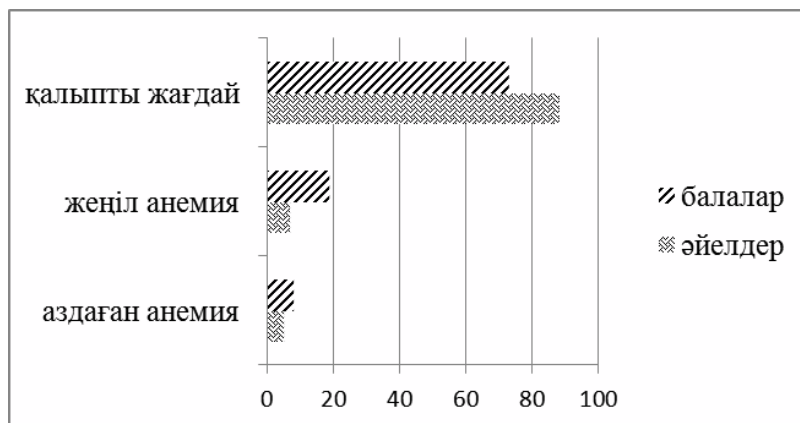
Зерттеуге іріктеу кездейсоқ кластерлі әдіспен, әр кластерде 5 жасқа дейінгі 20 бала мен ана (20 ұрпақ өрбіту жасындағы әйелдер), яғни 85 бала мен 82 әйел алынды. Әрбір әйелдің зерттеуге қатысуға келісімі

алынған соң, қандағы гемоглобин мөлшері анықталып, микронутриенттер мөлшерін анықтау үшін қан және несеп алынды.

Нәтижелер мен талдау

Қанның құрамындағы гемоглобин мөлшері (г/дл) бойынша әйелдер мен балалардағы анемия анықталды. 6-59 ай аралығындағы балалар мен әйелдер үшін ауыр дәрежелі анемия гемоглобин мөлшері 7 г/дл төмен, орташа дәрежелі анемия 7-9,9 г/дл, жеңіл дәрежелі 10-10,9 г/дл, балалар үшін анемияның болмауы гемоглобин 11 г/дл артық, жүкті әйелдер үшін 11 г/дл артық, жүкті емес әйелдерге 12 г/дл.

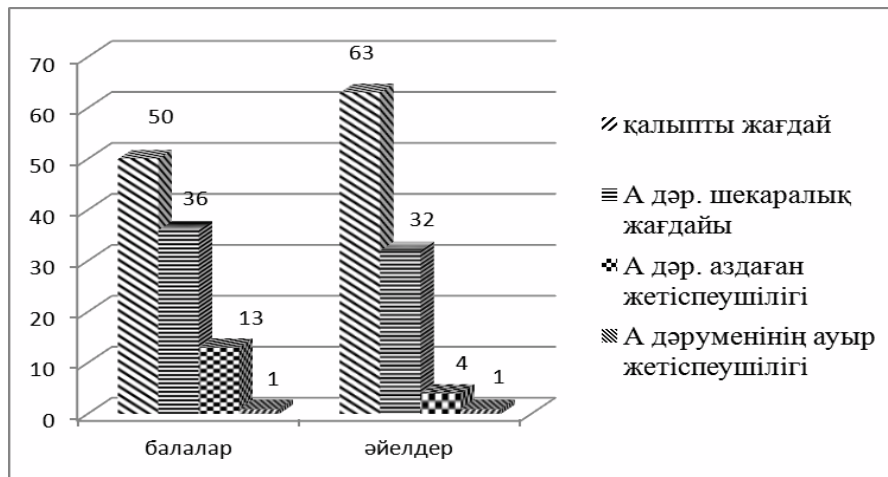
Тексерілгендер арасында ауыр анемиямен науқастар анықталған жоқ (сурет 1), әйелдер арасында анемияның жеңіл және орташа дәрежесі 12%, балаларда 27% кездесті. Анемия құрамында темірге бай тағамдармен алдын алуға және емдеуге болатын аурулар қатарына жатады.



Сурет 1. Қан құрамындағы гемоглобин мөлшері.

А дәрумені мен А дәруменінің жеткіліксіздігін анықтауда қан сарысуындағы ретинол мөлшерін қолданады (мкг/дл). А дәруменінің қалыпты деңгейі 30 мкг/дл жоғары мөлшер, шекаралық деңгей 20-30

мкг/дл, аздаған жеткіліксіздік 10 - 20 мкг/дл, ауыр жетіспеушілікке 10 мкг/дл төмен мөлшерді жатқызады. А дәруменінің мөлшері 2 кестеде көрсетілген.

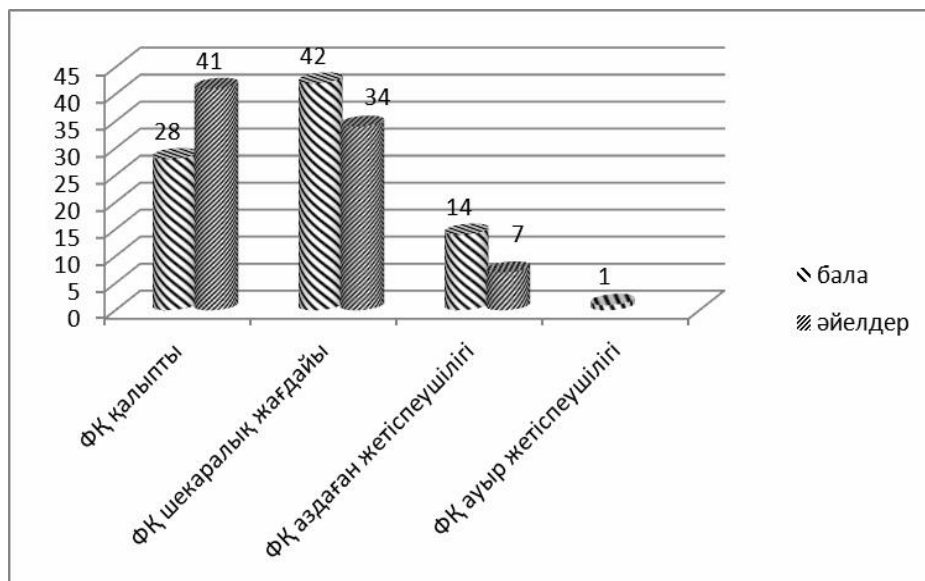


Сурет 2. А дәруменін анықтау бойынша нәтижелер.

Тексерілушілер арасында А дәрумені жетіспеуі 30 әйелде (37%) және 40 (49%) балада анықталды, көрсеткіштің балалар арасында айқын төмендеуі оның тамақ арқылы жеткіліксіз түсуімен байланысты.

Фолий қышқылы мен оның жетіспеуі қан құрамындағы оның мөлшеріне (мкг/л) қарай анықталды. Фолий қышқылының қалыпты мөлшеріне

6 мкг/л, шекаралық мөлшеріне 3-6 мкг/л, аздаған жетіспеушілігіне 1,3 - 3,0 мкг/л, ауыр жетіспеушілігіне 1,3 төмен мөлшерді алдық. 6 суретте балалардың біреуінде (1%) фолий қышқылының ауыр жетіспеушілігі, 7 әйелде аздаған жетіспеушілік (9%), 14 балада (16%), шектеулі мөлшер 34 әйелде (41%) және 42 балада кездеседі (50%).



Сурет 3. Фолий қышқылы мөлшері мен жетіспеушілігі бойынша нәтижелер.

Несептегі йод мөлшері (мкг/л) негізінде 6 топты бөлеміз: 3-йоджетіспеу, қалыпты жағдай, артық деңгей.

Зерттеу нәтижелері бойынша йод мөлшерінің жетіспеуі мен артық мөлшері анықталып отыр. Йод жетіспеушілігі біздің аймақта бар екені байқалады. Сондықтан йод жетіспеушілігінің алдын алуды жалғастыру керек. Тексерілген 21 баланың (25%) және 30 (37%) әйелде йодтың несеппен бөлінуі қалыпты жағдайда. Бірақ йодталған тұзды қолдануда сақтық танытқан дұрыс. Өйткені, 45 (53%) балада және әйелде – 34 (41%) несепте йодтың мөлшері жоғары екені анықталды. Мұндай зерттеулер алынған нәтижелерге байланысты алдын алу бағдарламаларына түзету енгізу үшін керек.

Қан құрамындағы йод, темір, фолий қышқылы мен А дәруменімен тұрғындардың қамтамасыз етілуі бойынша биомониторинг өткізілді. Осы мәліметтерді терең зерттей отырып, алдын алу шараларын жүргізу

керектігін көреміз. Осы зерттеу кезінде халықтың салауатты тамақтану және тағамдардың құндылығы туралы көп сұрақтарды біле бермейтіні анықталды.

Салауатты тамақтану адамның күнделікті өмірінің ажарамас бөлігі болуы тиіс.

Әдебиеттер:

1. ҚР мемлекеттік денсаулық сақтауды дамыту бағдарламасы «Саламатты Қазақстан» 2011 – 2015 ж. // ҚР Президентінің жарлығы 29 қараша 2010 ж. № 1113
2. ҚР Кодекс «Халық денсаулығы мен денсаулық сақтау жүйесі туралы». 29 қыркүйек 2009.
3. Еуропадағы тамақтану мен денсаулық: әрекеттің жаңа негізі, Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, 2003. – 38 б.
4. Шарманов Т.Ш. Тамақтану – адам денсаулығының маңызды факторы. Алматы: Асем-Систем, - 2010. - 480сб

5. Шарманов Т.Ш. Алдын алу медицинасындағы мәселелерді шешудегі қазіргі нутрициология.// Салауатты өмір салтын қалыптастырудың, алдын алу мен денсаулықты нығайтудың келелі сұрақтары.

Халықаралық ғылыми-тәжірибелік журнал.- Алматы: ҰО СӨҚО, 2002. №3, 2011. - ISSN 2223-2931.

6. Yamori Y. Food factors for atherosclerosis prevention: Asian perspective derived from analyses of worldwide dietary biomarkers // Exp Clin Cardiol. 2006 Summer; 11 (2): 94-8.

Резюме

ИЗУЧЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ГЕМОГЛОБИНА И МИКРОНУТРИЕНТОВ

А.С. Керимкулова, А.М. Маркабаева, Г.К. Турдунова, Г.А. Ергазина

Государственный медицинский университет города Семей,
Поликлиника смешанного типа №1, г. Семей

В рамках государственной программы «Саламатты Қазақстан» сотрудниками центра здорового питания был проведен биологический мониторинг обеспеченностью микронутриентами женщин репродуктивного возраста и детей в возрасте от 6 до 59 месяцев. Важность изучения данных показателей продиктовано необходимостью поведения профилактических мероприятий и более глубокого осмысления полученных результатов.

Материалы и методы. Случайная выборка осуществлялась кластерным методом, по 20 детей до 5-летнего возраста в каждом кластере и их матерей (20 женщин репродуктивного возраста), что в конечном итоге составило 85 детей и 82 женщины. Обследование проводилось после получения добровольного согласия отобранных женщин на участие в обследовании их самих и их детей, определение содержания гемоглобина в крови, и пробы мочи в количестве 2 мл для проведения последующего анализа содержания микронутриентов в лабораторных условиях.

Выводы: Проведенный биомониторинг населения выявил недостаточный уровень осведомленности населения в вопросах здорового питания, пищевой ценности продуктов.

Ключевые слова: гемоглобин, фолиевая кислота, витамин А, здоровое питание.

Summary

THE STUDY OF HEMOGLOBIN AND MICRONUTRIENT

A.S. Kerimkulova, A.M. Markabayeva, G.K. Turdunova, G.A. Ergazina

Semey State Medical University,
Clinic mixed №1, Semey c.,

Under the state program "Salamatty Kazakstan" employees of the center of healthy eating was conducted biological monitoring security micronutrients women of reproductive age and children aged 6 to 59 months. The importance of the study of these indicators is dictated by the need to conduct prevention activities and a deeper understanding of the results.

Materials and methods. Random sampling was carried out by the cluster, 20 children under 5 years of age in each cluster and their mothers (20 women of reproductive age), which ultimately amounted to 85 children and 82 women. The survey was conducted after receiving the consent of women selected to participate in the survey for themselves and their children, the determination of hemoglobin in the blood and urine samples of 2 ml for subsequent analysis of the content of micronutrients in the laboratory.

Conclusions: The above biomonitoring population revealed insufficient public awareness about healthy nutrition, nutritional products.

Keywords: hemoglobin, folic acid, vitamin A, healthy food.

УДК 618.17 + 615.838

М.Ж. Еспенбетова, С.Б. Амангельдинова, Ж.К. Заманбекова, О.А. Юрковская,
Ж.М. Жуманбаева, А.М. Досбаева, Л.З. Аликенова

Государственный медицинский университет г.Семей

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРЕПАРАТОВ МАСТОДИНОНА И ГЕЛАРИУМА В ЛЕЧЕНИИ ПРЕДМЕНСТРУАЛЬНОГО СИНДРОМА

Аннотация

Результаты исследований показали, что прием комплексного лечения Мастодином и Гелариумом при ПМС дал положительный эффект в 83,1%, особенно наилучший эффект получен при нейропсихической и цефалгической форме до 90,2% и 85,7% соответственно. Лечение Мастодином способствует улучшению транзитной гиперпролактинемии, в сочетании с препаратом йода улучшает тиреоидный статус.

Ключевые слова: Мастодином, Гелариум, предменструальный синдром, щитовидная железа, пролактин.

Актуальность. Предменструальный синдром (ПМС) – один из наиболее распространенных нейроэндокринных синдромов, частота которого колеблется в широких пределах от 25 до 75%, причем 2 - 19% женщин страдают тяжелыми формами, в возрасте

до 30 лет ПМС встречается до 20%, а после 30 лет ПМС наблюдается практически у каждой второй женщины. В настоящее время ПМС рассматривается как болезнь цивилизации, который чаще встречается среди женщин интеллектуального труда, связанных с физическими