

ЗНАЧЕНИЕ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА ДИЕТЫ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЛОСТИ РТА

© Ибаева Ангелина Тахировна

Научный руководитель: к.б.н., доцент Шкутина И.В.

Кафедра общей и медицинской химии им. проф. В.В. Хорунжего

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Контактная информация: Ибаева Ангелина Тахировна — студентка 1 курса, стоматологический факультет.

E-mail: angelinaibaeva@gmail.com

Ключевые слова: питание, калорийность, диетотерапия.

Актуальность исследования: полость рта — это зеркало организма. В ней отражается большинство заболеваний ЖКТ, эндокринной системы и пр. Доказано, что хронические болезненные процессы, протекающие в полости рта, влияют на аутоиммунные заболевания. Поэтому диетотерапия больных с заболеваниями полости рта, особенно при их хроническом течении, должна предусматривать не только оптимальное введение основных пищевых веществ и их количественные пропорции, калорийность рациона, но и химический состав используемых продуктов (в т.ч., количество соли, воды и т.д.) [1, 4].

Цель исследования: рассмотреть основные требования диетотерапии для профилактики и лечения заболеваний полости рта с учетом принципа индивидуализации химического состава диеты.

Материалы и методы: изучение, анализ публицистических и научных источников по теме работы, консультация с врачом-диетологом.

Результаты: к мерам действенной первичной профилактики стоматологических заболеваний относятся и рациональное питание, как одна из составных частей здорового образа жизни, непосредственно влияющая на здоровье полости рта. В состав эмали входят около 40 химических элементов, основные из них: кальций, фосфор, фтор. Непосредственный химический состав тканей зуба зависит от характера питания человека, содержания минеральных веществ в окружающей среде и продуктах питания.

Питание должно быть сбалансированным, его основой не может являться бездумный выбор продуктов, составленный по принципу личного вкуса и любви к тем или иным продуктам. При определении химических пропорций лечебных рационов требуется исходить из физиологических потребностей организма в пищевых веществах и энергии и вносить в них соответствующие коррективы, учитывая особенности патогенеза заболевания [2,3].

Выводы: проведенное исследование показало важность диетологии не только как способа достижения пропорционального телосложения, но и как лечебной пользы для людей с различными заболеваниями ротовой полости, а также проблем с желудком.

Рациональное питание способствует формированию резистентных органов и тканей полости рта, снижению кариесогенного действия легкоусвояемых углеводов, кроме того оно способствует самоочищению полости рта и укреплению жевательного аппарата. Основываясь на изученном материале, а также беседе со специалистом, было выяснено, что показания к составлению индивидуальных рационов весьма разнообразны.

Литература

1. Барановский А. Ю., Кондрашина Э. А., Назаренко Л. И. [и др.]. Диетология. СПб: Питер, 2018. 1100 с.
2. Ларионова Т.К., Галикеева А.Ш., Мишина А.Е., Хасанова Г.М. Нерациональное питание как фактор развития воспалительных заболеваний пародонта в трудоспособном возрасте // Медицина труда и промышленная экология. 2012. N1. С.33–37.
3. Аверьянов С.В., Зубарева А.В., Мугинов И.З. Рациональное питание как метод профилактики стоматологических заболеваний // Рациональное питание, пищевые добавки и биостимуляторы. 2016. № 1. С. 5–9.
4. Уланова, С. В. Диета с повышенным содержанием сахара, как фактор, влияющий на степень концентрации внимания и уровень тревожности / С. В. Уланова // Forcipe. — 2021. — Т. 4. — № S1. — С. 483–484. — EDN DXWFYU.