

ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ

Руководство для врачей

Под редакцией
В.А. Тутельяна, И.Я. Кюня



Медицинское информационное агентство
Москва
2009

УДК 613.22
ББК 51.28
Д38

Детское питание: Руководство для врачей / Под ред. В.А. Тутельяна, И.Я. Коня. —
Д38 М.: ООО «Медицинское информационное агентство», 2009. — 952 с.: ил.

ISBN 978-5-8948-1779-8

В руководстве в полном объеме рассматриваются теоретические и сугубо практические вопросы, касающиеся различных аспектов питания детей и подростков. Большое внимание уделено вопросам питания беременных женщин и кормящих матерей.

Первая часть руководства содержит современные данные о строении, биологической роли и значении в питании детей основных пищевых веществ, включая белки, жиры, углеводы, минеральные соли и микронутриенты — витамины и микроэлементы. Отдельная глава посвящена проблеме онтогенеза пищеварительных ферментов, играющей решающую роль для обоснования этапности включения в пищевые рационы тех или иных групп продуктов у детей разного возраста.

Большое место отведено вопросам питания детей первого года жизни, в том числе аспектам естественного и искусственного вскармливания (2-я часть). Приведены сведения о биологической роли женского молока, современные представления о его заменителях, научное обоснование организации прикорма. Освещены вопросы поддержки грудного вскармливания в России.

Также уделено внимание практическим вопросам питания детей в организованных коллективах — детских садах, школах, интернатах и т. п., приведены методические материалы по организации питания (рекомендуемые наборы продуктов, меню, ассортимент продуктов питания, разрешенных для использования в детских садах, школах и др.) (3-я часть). В заключительной, 4-й части рассмотрены проблемы лечебного питания у детей.

Для специалистов в области питания детей и подростков, педиатров, врачей-диетологов, а также для широкого круга читателей.

УДК 613.22
ББК 51.28

ISBN 978-5-8948-1779-8

© Коллектив авторов, 2009
© Оформление. ООО «Медицинское
информационное агентство», 2009

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой-либо форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Оглавление

Предисловие	3
Список сокращений	6
Введение.....	8
Часть I. Теоретические основы питания детей и подростков.....	11
Глава 1. Общие представления о пище и ее основных частях (<i>Конь И.Я.</i>)	12
Глава 2. Современные представления о роли алиментарного фактора для детей и подростков (<i>Тутельян В.А., Конь И.Я.</i>).....	17
Глава 3. Система пищеварения ребенка, ее созревание и развитие (<i>Ширина Л.И., Мазо В.К.</i>)	25
3.1. Переваривание и всасывание липидов	25
3.2. Переваривание и всасывание белков.....	31
3.3. Переваривание и всасывание углеводов	39
Глава 4. Современные представления о строении, физиологической роли и значении в питании детей основных пищевых веществ (<i>Конь И.Я.</i>)....	51
4.1. Белки и аминокислоты	51
4.2. Жиры и жирные кислоты.....	71
4.3. Углеводы	89
4.4. Витамины.....	120
4.5. Минеральные соли и микроэлементы.....	161
4.6. Роль алиментарного фактора в развитии железодефицитной анемии у детей раннего возраста.....	185

Глава 5. Антиоксиданты в питании детей (<i>Шилина Н.М., Конь И.Я.</i>)	202
5.1. Прооксиданты и антиоксиданты: некоторые основные понятия.....	203
5.2. Антиоксидантные механизмы защиты у детей	220
Глава 6. Методы оценки состояния питания детей	229
6.1. Методы изучения фактического питания детей и подростков (<i>Конь И.Я., Копытько М.А.</i>)	229
6.2. Методы изучения физического развития детей (<i>Конь И.Я., Копытько М.А., Шилина Н.М.</i>)	233
6.3. Общеклиническое обследование детей и подростков (<i>Конь И.Я.</i>)	237
6.4. Клинико-лабораторные методы оценки пищевого статуса (<i>Конь И.Я., Шилина Н.М.</i>)	240
6.5. Методы оценки обеспеченности отдельными нутриентами (<i>Шилина Н.М., Конь И.Я.</i>)	248
6.5.1. Белки.....	248
6.5.2. Липиды.....	254
6.5.3. Углеводы	256
6.5.4. Витамины.....	257
6.5.5. Минеральные вещества.....	262
Часть II. Питание детей раннего возраста	275
Глава 1. Основы естественного вскармливания детей первого года жизни	277
1.1. Физиология лактации (<i>Фатеева Е.М., Гмошинская М.В.</i>).....	282
1.2. Состав и свойства женского молока (<i>Конь И.Я., Гмошинская М.В.</i>)	287
1.2.1. Особенности состава молозива и переходного молока (<i>Конь И.Я., Гмошинская М.В.</i>).....	304
1.2.2. Биологически активные и защитные факторы молока (<i>Конь И.Я., Гмошинская М.В.</i>).....	306
1.3. Режим и техника грудного вскармливания (<i>Фатеева Е.М., Гмошинская М.В.</i>)	315

1.4.	Профилактика гипогалактии (Фатеева Е.М., Гмошинская М.В., Конь И.Я.)	327
1.5.	Организация работы по поддержке грудного вскармливания в ЛПУ родовспоможения и детства (Фатеева Е.М., Гмошинская М.В., Конь И.Я.)	335
Глава 2.	Основные принципы рационального питания беременных женщин и кормящих матерей	340
2.1.	Питание беременных женщин (Конь И.Я., Гмошинская М.В.)	340
2.2.	Питание кормящих женщин (Гмошинская М.В., Фатеева Е.М., Конь И.Я.)	358
2.3.	Алиментарная профилактика пищевой сенсibilизации при естественном вскармливании (Гмошинская М.В., Конь И.Я.)	366
Глава 3.	Классификация и характеристика основных видов заменителей женского молока (Конь И.Я., Сорвачева Т.Н.)	375
Глава 4.	Принципы и методы организации прикорма	391
4.1.	Современные принципы организации прикорма (Конь И.Я., Сорвачева Т.Н.)	391
4.2.	Кисломолочные продукты в питании детей первого года жизни (Конь И.Я.)	404
4.3.	Продукты промышленного выпуска в питании детей раннего возраста (Коновалова Л.С., Георгиева О.В., Куркова В.И., Конь И.Я.)	420
4.3.1.	Соки и нектары в питании детей	422
4.3.2.	Фруктовые и фруктово-овощные пюре в питании детей	431
4.3.3.	Овощные консервы	434
4.3.4.	Продукты прикорма на зерновой основе	436
4.3.5.	Мясные, мясорастительные и растительно-мясные консервы	443
4.3.6.	Консервы рыбо-растительные и растительно-рыбные	447

Часть III. Питание детей дошкольного и школьного возраста	451
Глава 1. Питание детей дошкольного и школьного возраста (<i>Конь И.Я.</i>).....	453
Глава 2. Медицинский контроль в детских дошкольных и школьных учреждениях (<i>Каневская Л.Я.</i>)	477
Часть IV. Некоторые проблемы лечебного питания больных детей... 489	
Глава 1. Специализированные продукты лечебного питания: характеристика и применение у детей раннего возраста (<i>Конь И.Я.</i>)	491
Глава 2. Основные принципы диетотерапии функциональных нарушений желудочно-кишечного тракта у детей первого года жизни.....	506
2.1. Основные принципы диетотерапии синдрома срыгиваний у детей первого года жизни (<i>Сорвачева Т.Н., Конь И.Я.</i>).....	507
2.2. Основные принципы диетотерапии кишечной колики у младенцев (<i>Сорвачева Т.Н.</i>)	515
2.3. Диетотерапия запоров у детей первого года жизни (<i>Сорвачева Т.Н.,</i> <i>Пашкевич В.В., Конь И.Я.</i>)	519
Глава 3. Новые подходы к диетотерапии атопического дерматита у детей: смеси на основе козьего молока (<i>Денисова С.Н., Конь И.Я.</i>).....	527
Приложения	533
Приложение 1. Пищевые добавки, не оказывающие вредного воздействия на здоровье человека, при использовании для изготовления пищевых продуктов (СанПиН. 2.3.2.1078-01)	534
Приложение 2. Индексы масса/возраст и масса/рост для мальчиков и девочек	569
Приложение 3. Каталог специализированных продуктов детского питания промышленного выпуска	582

- Приложение 4.** Ассортимент основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах (детские сады, образовательные учреждения общего и коррекционного типа, детские дома и школы-интернаты, учреждения начального и среднего профессионального образования) 934
- Приложение 5.** Основные нормативные документы по организации питания детей дошкольного и школьного возраста..... 939