**Использование Системных Продуктов Здоровья ВИТАМАКС:   
проблемы и перспективы**

*И.Я. Конь, Н.М.Шилина,   
НИИ питания РАМН,   
г.Москва*

Системные Продукты Здоровья, широко используемые в питании взрослых людей как эффективные средства укрепления здоровья, постепенно находят в нашей стране все большее распространение и среди детей. Это обусловлено необходимостью повышения неспецифической резистентности детского организма в условиях прогрессирующего экологического и социально-экономического неблагополучия в нашей стране, сопряженных с невозможностью соблюсти баланс между адекватной обеспеченностью витаминами и оптимальной калорийностью рациона. Для рационального и эффективного использования комплексов, необходимо принимать во внимание физиологические и метаболические особенности детского организма и возрастные особенности физиологических и фармакологических эффектов биологически активных добавок. В частности, незрелость систем метаболизма ксенобиотиков у детей раннего возраста, и их повышенную чувствительность к действию различных лекарственных веществ, физиологически активных соединений и токсичных агентов; лабильность их гормонального и иммунного статуса и, вследствие этого, возможность нарушений их регуляции под влиянием биологически активных веществ.

Накопленный за последние годы опыт позволяет разделить эту проблему на 2 части:

а) использование Системных Продуктов Здоровья в раннем возрасте, и в первую очередь у детей 1 года жизни в составе заменителей женского молока;

б) использование Системных Продуктов Здоровьяных продуктов здоровья в питании детей дошкольного и школьного возраста.

Биологически активные пищевые добавки, обозначаемые понятием нутрицевтики, фактически давно и широко используются в питании годовалых детей в качестве минорных компонентов заменителей женского молока. К ним относятся, в частности, весь спектр водо- и жирорастворимых витаминов и витаминоподобных соединений и ряд микроэлементов (Fe, Zn, Cu, Mn, I), к которым в последние годы были добавлены защитные факторы лизоцим и лактоферрин, условно эссенциальная для годовалых детей аминокислота — гаурин, витаминоподобное соединение карнитин; омега-3 жирные кислоты; нуклеотиды; селен.

Чрезвычайно актуальной остается проблема обогащения заменителей женского молока более эффективными бифидогенными факторами в сочетании с обогащением самими жизнеспособными бифидобактериями молочных и кисломолочных продуктов.

Весьма важной задачей, тесно связанной с питанием годовалых детей, является использование нутрицевтиков для стимуляции лактации у кормящих матерей. Среди таких добавок успешно испытаны витамины, некоторые аминокислоты, а также природные фитолактогены. Опыт применения Системных Продуктов Здоровья у дошкольников и школьников включает использование различных витаминов и минеральных солей (Са, Fe) для замещения дефицита этих нутриентов в питании. Вместе с тем, изучены эффекты (в том числе в составе продуктов) пищевых добавок, проявляющих неспецифический радиозащитный и антитоксический эффекты (альгипаты, пектиновые вещества и другие растительные волокна; антиоксиданты, включая витамины А, Е и С, бета-каротин, дегидрокверцетин; минеральные соли и микроэлементы (К, Са, Se). Учитывая неблагоприятную экологическую ситуацию и сниженный уровень здоровья современных детей, значительный интерес представляет дальнейший поиск новых и использование имеющихся эффективных нутрицевтиков — иммуностимуляторов для профилактики ряда заболеваний дошкольного и школьного возраста. Среди них — витамины А и С, гидролизаты дрожжей (аммивит), алоэ, другие фитопрепараты — такие, как катехины, лейкоантоцианидины и другие представители растительных фенолов, обладающие Р-витаминной активностью и антиоксидантными свойствами, фитомеланины. Несомненный интерес представляет также объективная и строго научная оценка эффективности у дошкольников и школьников комплексных препаратов типа мультивитаминных и минеральных коктейлей и т.п., как средств для профилактики и лечения различных заболеваний. При этом чрезвычайно актуальной и нерешенной остается проблема оценки (в том числе количественной) физиологического действия комплексов. В первую очередь, проблема оценка парафармацевтиков, и, исключение возможности внедрения в детскую практику биологических добавок, обладающих токсическим, канцерогенным и другими неблагоприятными эффектами.