

СУЧАСНІ ДОСЯГНЕННЯ ФАРМАЦЕВТИЧНОЇ НАУКИ В СТВОРЕННІ ТА СТАНДАРТИЗАЦІЇ ЛІКАРСЬКИХ ЗАСОБІВ І ДІЄТИЧНИХ ДОБАВОК, ЩО МІСТЯТЬ КОМПОНЕНТИ ПРИРОДНОГО ПОХОДЖЕННЯ

*Матеріали VII Міжнародної
науково-практичної
інтернет-конференції*



11
КВІТНЯ
2025
м. Харків



вироблятися в організмі, але їх можна отримати з їжею або дієтичними добавками. Крім того, у раціоні харчування важливо співвідношення різних класів омега-кислот. Ідеальне співвідношення омега-6 та омега-3 – 4:1. Фізіологічні ефекти метаболітів ПНЖК класу омега-6 та омега-3 різняться. Так, з омега-6 ПНЖК синтезуються ейкозаноїди, які сприяють вазоспазму, провокують запалення, бронхоспазм та алергічні реакції. Метаболіти омега-3 ПНЖК чинять протизапальну дію, посилюють вазодилатацію, зменшують імунні реакції. Основна функція омега-3-ПНЖК за дисліпідемії виявляється у зниженні синтезу тригліцеридів та їх транспортного білка аполіпопротеїну В у печінці, а також зниження рівня холестерину та атерогенних ліпопротеїдів [1]. Завдяки позитивним ефектам на серцево-судинну систему омега-3 ПНЖК увійшли до рекомендацій Українського кардіологічного товариства з лікування хворих на ССЗ.

Матеріали та методи. Нами розроблено анкету, за допомогою якої було проведено опитування фармацевтів для з'ясування обізнаності щодо ролі харчування у профілактиці й лікуванні дисліпідемій. У дослідженні використали соціологічний, системно-аналітичний, статистичний методи.

Результати та їх обговорення. Серед 137 опитаних фармацевтів 74,5% вважає, що дефіцит омега-3 ПНЖК є значущим аліментарним фактором порушення ліпідного обміну. Як показують дослідження, у раціоні харчування мешканців України відчувається суттєвий дефіцит омега-3 ПНЖК за рахунок споживання традиційних жирів (соняшникова, кукурудзяна олії, фосфоліпіди тварин), які багаті на омега-6 ПНЖК. І з цим погоджується 66,4% респондентів. Щодо власного харчування, 51,1% респондентів ніколи не замислювалися над споживанням омега-3 кислот, 25,5% вважає його недостатнім. Серед продуктів багатих на омега-3 жирні кислоти фармацевти рекомендують вживати жирну морську риба (74,5%), лляну олію (25,5%) або дієтичні добавки (33,5%).

Отже, опитування фармацевтів свідчить про усвідомлення ними важливості дотримання за дисліпідемії здорового харчування з достатнім надходженням омега-3 ПНЖК.

Список літератури:

1. Association between omega-3 fatty acid intake and dyslipidemia: a continuous dose–response. meta-analysis of randomized controlled trials / T. Wang et al. *Am. Heart Assoc.* 2023. Vol. 12. P. 55–72.

БОБИ ЕДАМАМЕ І НАТТО ЯК ДЖЕРЕЛА РОСЛИННОГО БІЛКА

Бурда Н. Є., Журавель І. О.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

Вступ. В умовах сьогодення постало питання щодо раціонального харчування військовослужбовців Збройних Сил України. Збалансований харчовий раціон дозволяє зберегти здоров'я людини та забезпечує можливість переносити надмірні фізичні навантаження, а також виконання специфічної роботи.

Згідно з наказом МОЗ України № 1073 від 03.09.2017 «Про затвердження Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії» року військовослужбовці можуть бути віднесені до п'ятої групи – працівники особливо важкої фізичної праці, які мають дуже високу фізичну активність. З урахування специфіки потреб у нутрієнтах для такого контингенту осіб добова потреба в білку становить понад 110 г і може досягати 170 г у дні особливо інтенсивних фізичних навантажень [1, 2].

Однак на сьогодні багато військовослужбовців потребують спеціальних харчових раціонів, зокрема веганських та вегетаріанських. Для розширення асортименту страв актуальним є введення до раціонів харчування військовослужбовців продуктів рослинного походження, які мають високий вміст білка. До таких продуктів відносяться боби едамаме та натто.

Матеріали та методи. Під час роботи був використаний бібліосемантичний метод.

Результати та їх обговорення. Боби едамаме та натто одержують із сої щетинистої (*Glycine max* (L.) Merr.).

Боби едамаме – це недозрілі соєві боби (приблизно 60 днів після посадки). Ці боби здавна використовувалися в їжу в країнах Азії, зокрема Китаї та Японії. На сьогодні боби едамаме стали другим найвживанішим продуктом у США після соєвого молока.

Хімічний склад бобів представлений цукрами (сахароза, глюкоза, фруктоза, рафіноза, стахіоза), амінокислотами, сирим протеїном, харчовими волокнами, крохмалем, фосфоліпідами, вітамінами, мінералами [3]. Плоди едамаме розглядають як джерело рослинного білка з низьким вмістом калорій та високим вмістом незамінних амінокислот [4].

Боби містять 121 калорію на 100 г. У 100 г бобів міститься 11 г білка, 10 г вуглеводів та 5 г ліпідів.

Слід зазначити, що едамаме мають дещо інший склад нутрієнтів порівняно зі зрілими соєвими бобами, про що свідчить вищий вміст вітамінів, зокрема фолієвої кислоти.

Для цих бобів встановлено гіпохолестеринемічний ефект. Крім того, для них характерна антиоксидантна та протипухлинна активність.

Натто представляють собою ферментовані *Bacillus subtilis* соєві боби. Вони є традиційною японською стравою і використовуються у багатьох країнах Східної Азії. Страва має специфічний смак і аромат, а також слизьку та липку консистенцію.

Виділяють такі види натто: ітохікі, хаманатто та дайтокудзі натто. Ітохікі натто – різновид натто, який був засіяний бактеріями та культивований протягом 24 год без додавання солі. Дайтокудзі та хаманатто готують шляхом введення в них плісняви, проводять двоетапну ферментацію протягом 4-6 місяців з додаванням солі [5]. Найчастіше під назвою «натто» мається на увазі ітохікі натто.

Натто містять 59 % вологи, 16 % протеїну та 10 % ліпідів. Крім того, цей продукт містить наттокіназу, ізофлавіони, вітаміни, зокрема K₂, біогенні аміни, мінерали [5].

Натто містять 211 калорій на 100 г. Одна порція містить 19 г білка, 11 г жиру та 13 г вуглеводів. Крім того, страва містить аскорбінову кислоту, яка забезпечує близько 23 мг або близько 38 % добової потреби.

Також натто можуть використовуватися у профілактиці та лікувальні багатьох захворювань, зокрема серцево-судинних (артеріальна гіпертензія), цереброваскулярних, гіперліпідемії, зниженому імунітеті, має протиракові, протизапальні, антимікробні властивості [5].

Отже, введення в раціон харчування військовослужбовців Збройних Сил України таких продуктів як едамаме та натто сприятиме надходженню в належній кількості білка рослинного походження. Особливо ці продукти стануть в пригоді вегетаріанцям, веганам, людям, які дотримуються постів, та потребують особливих раціонів харчування.

Крім того, едамаме та натто можуть входити до раціонів харчування, які мають превентивний, лікувально-профілактичний або лікувальний напрям. Такі продукти будуть підтримувати та зміцнювати здоров'я військовослужбовців, а також сприятимуть відновленню їхнього здоров'я під час реабілітації.

Список літератури:

1. Депутат Ю. М., Жалдак А. Ю. Гігієнічна оцінка середньодобового раціону харчування військовослужбовців Сил спеціальних операцій Збройних Сил України. *Український журнал військової медицини*. 2021. Т.2, №4. С. 60-70.
2. Чорна В. В., Крупка Н. О., Лотоцька-Дудик У. Б. Сучасні вимоги до нутрієнтного складу харчування та стану продовольчого забезпечення військовослужбовців Збройних Сил України. *Вісник Вінницького національного медичного університету*. 2023. Т. 27, №2. С. 313-318.
3. Chemical Compositions of Edamame Genotypes Grown in Different Locations in the US / Dajun Yu et al. *Front. Sustain. Food Syst.* 2021. <https://doi.org/10.3389/fsufs.2021.620426>
4. Edamame - vegetable crop of the future: production challenges and chemical profile / N. Pavlović et al. *The Journal Agriculture and Forestry*. 2024. Vol. 70 (3). P.141-162.
5. Nutritional Health Perspective of Natto: A Critical Review / M. Afzaal et al. *Biochem Res Int*. 2022. 5863887. doi: 10.1155/2022/5863887

ОБГРУНТУВАННЯ ВИБОРУ АКТИВНИХ ІНГРЕДІЄНТІВ НОВОГО ЗАСОБУ ДЛЯ МІСЦЕВОГО ЛІКУВАННЯ ГЛОСИТУ

Ващенко К.Ф., Музика О.В.

**Львівський національний медичний університет ім. Данила Галицького,
м. Львів, Україна**

Вступ. Останнім часом відзначається збільшення числа пацієнтів, що мають в тій чи іншій мірі виражені прояви глоситу. Глосит є патологічним станом, що характеризується запаленням язика, який може бути причиною дискомфорту і болю при розмові або під час їжі. Цей стан може виникнути через інфекції, травми, алергічні реакції, а також може бути пов'язаний з