

КРИТЕРІЇ ВИБОРУ ДІЄТИЧНИХ ДОБАВОК ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

В.О. ШЕВЧЕНКО, О.Ф. ПІМІНОВ, С.М. РОЛІК, І.Г. ПЕРЕСАДЬКО

Інститут підвищення кваліфікації спеціалістів фармації,
Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна
Кафедра загальної фармації та безпеки ліків, SVAVON@ukr.net

Одну з провідних позицій в структурі загальної захворюваності населення України посідають захворювання опорно-рухового апарату. З профілактичною та коригувальною метою при цих захворюваннях застосовують дієтичні добавки (ДД), причому існують декілька критеріїв їх вибору. Для обґрунтування вибору ДД необхідно пам'ятати, що вони є джерелом тих самих речовин, нестача яких викликає збій у роботі всього організму. Тому при оцінці ефективності того чи іншого продукту важливим є склад (композиція), а точніше збалансованість складу та його здатність відновлювати організм.

Склади ДД, які рекомендуються для профілактики та застосування при захворюваннях опорно-рухового апарату включають: хондроїтину сульфат, глюкозамін, гіалуронову кислоту, марганець, бор, вітамін Д, солі кальцію, магній, цинк, кремнію двоокис, вітамін С, хром, а також рослинні компоненти: верба, малина, мати-мачуха, солодка, лопух, береза, кропива, материнка звичайна, ехінацея, горець пташиний; лецитин та деякі ферментні комплекси.

Другим критерієм вибору ДД повинні бути умови їх виробництва та відповідність міжнародним вимогам – стандартам GMP, що забезпечують високу якість та безпеку продукції. По-третє, вартість ДД не повинна служити підставою для вибору ДД, оскільки більш дешевий продукт найчастіше не дозволяє вирішити всіх проблем і не забезпечує якість послуги.

Тому при лікуванні та профілактиці захворювання опорно-рухового апарату потрібна корекція харчування, що виправдовує застосування ДД для

підтримки нормального функціонування сполучної тканини і зниження ризику розвитку дегенеративних змін у суглобах.

**ПЕРСПЕКТИВИ ЗАСТОСУВАННЯ МЕДУ НАТУРАЛЬНОГО
ПОРОШКОПОДІБНОГО ЯК ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧОВОГО
ПРОДУКТУ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ
СПОРТСМЕНІВ**

О.С. ШПИЧАК

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна
Кафедра аптечної технології ліків ім. Д.П. Сала, atl@ukrfa.kharkov.ua

В сучасних умовах фізична культура і спорт є важливими факторами у зміцненні здоров'я людини, її фізичному розвитку та вихованні, а також у профілактиці різних захворювань. Однак під час тренувального процесу та змагань досить часто спортсменів очікують значні навантаження за об'ємом та інтенсивністю, які нерідко призводять до виснаження організму та негативно впливають на кінцевий спортивний результат. Тому питання підвищення фізичної працездатності спортсменів є важливим завданням спортивної медицини та фармації.

Ефективно використані дієтичні добавки та лікарські засоби допомагають спортсменам адаптуватись до тренувального режиму та покращити їх спортивну підготовку. Серед різних медико-біологічних та психологічних аспектів підвищення працездатності та реабілітації спортсменів важлива роль належить засобам, які містять збалансований склад біологічно активних речовин. До них звичайно відносяться продукти бджільництва, зокрема мед натуральний, який є невід'ємною складовою в раціоні харчування спортсменів.

На сьогоднішній день існує ряд публікацій про цілющі та енергетичні властивості меду натурального та інших апіпродуктів, до складу яких