

**ДВНЗ «УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ ФІТОТЕРАПІЇ
КАФЕДРА ФАКУЛЬТЕТСЬКОЇ ТЕРАПІЇ**

**ЗАКАРПАТСЬКА ОБЛАСНА ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ
ДЕПАРТАМЕНТ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я
ТА ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ ЗАКАРПАТСЬКОЇ ОДА**

**СЛОВАЦЬКИЙ АГРАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ В НІТРІ
ІНСТИТУТ ЗБЕРЕЖЕННЯ БІОРІЗНОМАНІТТЯ В НІТРІ**

**УЖГОРОДСЬКИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ ІНСТИТУТ
КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ**

**МІЖНАРОДНИЙ ІНСТИТУТ ЛЮДИНИ І ГЛОБАЛІСТИКИ «НООСФЕРА»
САНАТОРІЙ «КВІТКА ПОЛОНІНИ»**

Сучасні аспекти збереження здоров'я людини

**ЗБІРНИК ПРАЦЬ
X МІЖНАРОДНОЇ МІЖДИСЦИПЛІНАРНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

(21-22 квітня 2017 року)

**До 25-річчя заснування НДІ фітотерапії
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»**

**УЖГОРОД
2017**

УДК 618.2 (075.8)
ББК 53.51Р2
Б 62

*Рекомендовано до друку
Вченою радою ДВНЗ "Ужгородський національний університет"
(протокол №4 від 23 березня 2017 р.)*

За редакцією проф. **Ганича Т.М.**

Голови редколегії:

О.М. Ганич – заслужений діяч науки і техніки України, доктор медичних наук, професор кафедри пропедевтики внутрішніх хвороб, директор НДІ фітотерапії ДВНЗ "УжНУ"

Т.М. Ганич – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри факультетської терапії медичного факультету ДВНЗ "УжНУ"

Члени редколегії:

проф. Гаврилко П.П.

доц. Бриндза Я.

проф. Ганич М.М.

доц. Лукша О.В.

засл. лікар України Ганинець П.П.

н.с. Скаканді С.І.

Автори опублікованих робіт несуть повну відповідальність за зміст і ілюстративний матеріал.

**Сучасні аспекти збереження здоров'я людини:
збірник праць X міжнародної міждисциплінарної наук.-практ. конф./ За
ред. проф. Т.М. Ганича. – Ужгород : 2017. – 398 с.**

Збірник праць конференції висвітлює нові відомості про збереження здоров'я людини в сучасних умовах, а саме - оздоровлення населення природними засобами, зокрема, лікувальними травами, забезпечення адекватного харчування, якісної питної та мінеральної води, подолання йододефіциту, використання сучасних агротехнологій для збереження і збагачення біорізноманіття природи, актуальні питання лікування поєднаної патології. Збірник виходить до 25-річчя з дня заснування НДІ фітотерапії ДВНЗ «УжНУ».

На всі роботи одержано фахові рецензії.

ISBN 978-617-673-446-8

©ДВНЗ «УжНУ», 2017

©УТЕІ КНТЕУ, 2017

ЛІТЕРАТУРА

1. Вигера С. М. Природоохоронний контроль культурних фітоценозів: [Монографія] / С. М. Вигера. – К.: ЦП “Компринт”, 2015. – 398 с.
2. Вигера С. М. Обґрунтування новітнього в Україні напряму Трофологія в системі наук про життя / С. М. Вигера. – К.: ЦП “Компринт”, 2016. – 49 с.
3. Уголев А. М. Трофологія – новая междисциплинарная наука // Весн. АН СССР, 1980. – № 1. С. 50–61.
4. Уголев А. М. Теория адекватного питания и трофология. /А.М. Уголев. – Ленинград: Наука, 1991. – 272 с.
5. Скальный А. В. Основы здорового питания: пособие по общей нутрициологии / А. В. Скальный, И. А. Рудаков, С. В. Нотова, Т. И. Бурцева, В. В. Скальный, О. В. Баранова. — Оренбург: ГОУ ОГУ, 2005. — 117 с.

SUMMARY

TROPHOLOGY – A VITAL INTERDISCIPLINARY SCIENCE

Vigera S. M., Zubar N. M.

Regularities of the development of vital areas multidisciplinary trophology in the system of Sciences about a life – Wetterlage. Illuminated the principles of organic nutrition in the world according to trophic level: producers-konsumenta-seducente. With the aim of improving the health of people, prolong their lives the necessity of proper nutrition delicious and healthy, quality and safe in stock and the optimum nutrients.

РОСЛИНИ, ОВОЧІ ТА ФРУКТИ З ПІДВИЩЕНИМ ВМІСТОМ КВЕРЦЕТИНУ ЯК ЗАСОБИ ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРИВАНЬ ЛЮДИНИ

Волошин О.І., Бойчук Т.М., Волошина Л.О.

ВДНЗ України «Буковинський державний медичний університет», Чернівці, Україна

Спричинені життєдіяльністю людини екологічні зміни, техногенне забруднення довкілля, постійний психологічний стрес, зумовлений життєвими негараздами, вплив шкідливих чинників хімічної, фізичної та біологічної природи негативно впливають на організм людини, призводять до зміни функціонування багатьох органів, систем організму та численних хвороб [1, 2]. Частковий позитивний вплив на їх нормалізацію можна досягти змінивши харчування, споживаючи продукти спеціального або функціонального призначення [3, 4]. Одними з таких є кверцетин-вмісні фрукти, овочі, ягоди, лікарські рослини.

Кверцетин – найвідоміший представник з найбільш різноманітної й поширеної групи флавоноїдів рослинного походження, що володіє протинабряковою, спазмолітичною, антигістамінною, капілярозміцнюючою, протизапальною, антиоксидантною, радіопротекторною, діуретичною діями. Є відомості в літературі про його здатність зупиняти ріст злякисних клітин. За біологічною активністю

кверцетин подавляє протизапальні медіатори, викид гістаміну, є джерелом утворення інших флавоноїдів. Доведено його відновлюючу дію на структуру ушкоджених клітин печінки, розріджуючий вплив на кров, зміцнюючу на імунну систему, регулюючу обмін глюкози в організмі, здатність підвищувати вироблення інсуліну, захищати клітини підшлункової залози від дії вільних радикалів і протидіяти запальним процесам в організмі, знижувати ризик і сповільнювати розвиток в організмі дегенеративних процесів [1, 4, 5].

Кверцетин міститься в рослинах переважно червоного, багряного кольору: гречці, цибулі (особливо червоній), яблуках, перці, часнику, червоному винограді, цитрусових, темній вишні, брусниці, шипшині, томатах, броколі, малині, чорниці, журавлині, аронії, горобині, обліпсисі, плодах опунції, деяких сортах меду (евкаліптовому, з чайного дерева), горіхах, цвітній капусті, червоному вині, оливковій олії, жолудях, зернових, золотому восі, зеленому чаї [1, 2].

Похідні кверцетину, згідно численних досліджень, мають позитивний профілактичний вплив на «хвороби оксидативного стресу», а саме: на серцево-судинні захворювання, судинні ураження головного мозку, порушення функції печінки, процес атеросклерозу, артеріальну гіпертензію, цукровий діабет 2 типу, запальні процеси бронхо-легеневої системи та нирок, катаракту, ураження шлунково-кишкового тракту тощо.

Кверцетин входить до складу деяких лікарських препаратів, що успішно застосовуються в лікуванні бронхіальної астми, захворювань серцево-судинної системи, опіків, обморожень, запалень, катаракти, передміхурової залози, товстого кишечника, легень, мозку, атеросклерозу, суглобів, а також в косметологічній практиці, як гальмівник старіння шкіри [1, 2, 3].

Таким чином, збільшенням в харчуванні частки кверцетин-вмістних мікронутрієнтів можна значно зменшити ризик розвитку багатьох патологічних станів, а їхній брак в харчуванні цей ризик підвищуватиме. Слід зазначити, що поширеність оксидант-залежних захворювань у світі з кожним роком збільшується, особливо поєднаних (коморбідних) їх форм. Лікування хворих з поєднаною патологією є дуже складною та дорогавартісною проблемою навіть для сучасної медицини багатих країн світу. Тому Всесвітня організація охорони здоров'я звертає увагу медичної спільноти на особливу роль первинної профілактики захворювань на етапі передхвороб. В цьому аспекті важлива роль належить оздоровчому харчуванню та достатній фізичній активності людини. Якщо фізична активність особи є повністю у її владі, то реалізація оздоровчого харчування залежить від численних зовнішніх факторів: аграрного виробництва, агропромислової

продукції, торгової сфери реалізації, економічних та інших менш важливих факторів.

В нинішніх умовах складного функціонування людської спільноти зростає роль не тільки біобезпеки продуктів харчування, але й виробництво і торгова реалізація продуктів харчування з підвищеним вмістом активаторів життєдіяльності (ліферантів) та захисних біологічних чинників, одним з яких є кверцетин. Успішне здійснення профілактичної оздоровчої місії для народів України таким шляхом можливо за цільової співпраці аграріїв-виробників, агропереробної індустрії, парафармацевтичної сфери та медичної спільноти з координації виробництва, переробки, створення спеціальних функціональних продуктів харчування, біологічно активних добавок, необхідно створення сфери їх реалізації та інформаційного супроводу щодо спектру корисності вживання таких продуктів для практично здорових людей, які несуть високе соціальне навантаження та є потенційними хворими, особам з підвищеними ризиками численних «хвороб цивілізації», а також людям, які, на жаль, «досягли» вікового стану різних хвороб.

Перспективним напрямком сучасної прогресивної медицини світу є **суспільна** діяльність, орієнтована на людину, пріоритетами якої є активна взаємодія кожної особи та держави заради збереження максимально довго здорового стану людини та її продуктивної діяльності, високого рівня її якості життя. В цьому контексті в Україні також настав час об'єднання зусиль агропромислового комплексу, наукових і лікувально-профілактичних установ, фахівців медико-біологічного профілю заради цієї високої мети. На початковому етапі це може носити регіональний характер, де є відповідні наукові установи відповідних профілів, виробничі бази, кадри, які можуть виробити і здійснити таку стратегію на місцевому рівні та продовжувати її вдосконалення. Згодом можлива ширша державна та міжнародна співпраця.

Автори цього повідомлення мають багаторічний досвід застосування препаратів кверцетину, біологічно активних добавок з його підвищеним вмістом, дієтотерапії із застосуванням зазначених оздоровчих рослин при різних захворюваннях, порівняльні аспекти їх позитивного впливу висвітлені в ряді монографічних видань та статей.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волошин О.І., Бойчук Т.М., Волошина Л.О. Оздоровче харчування: стан і перспективи XXI століття – Чернівці, БДМУ 2014. – 526 с.
2. Ганич О.М. Твоє здоров'я в твоїх руках. – Ужгород, 1997. – 408 с.
3. Тутельян В.А. Лечебное питание: современные подходы к стандартизации диетотерапии. - М. - 2007. – 304 с.

4. Craig W.J., Mangels A.R. Position of American Dietetic Association: vegetarian diets // J. Am. Diet. Assoc. - 2009. - Vol. 109. - P.1266-1282.
5. Rossi M., Lugo A., Lagion P. [et al.] Proanthocyanidins and other flavonoids in relation to pancreatic cancer: a case-control study in Italy // Ann. Oncol. - 2012. - Vol. 23(6). - P.1488-1493.

SUMMARY

PLANTS, VEGETABLES AND FRUITS WITH HIGH CONTENT OF QUERCETIN AS A MEANS OF PREVENTION OF HUMAN DISEASES

Voloshyn O.I., Boychuk T.M., Voloshyna L.O.

In the article, the authors highlighted his views on the analysis of scientific literature and his own long experience of quercetin use of drugs, dietary supplements with a high content of quercetin diet and using plants with elevated its contents in the treatment and prevention of various diseases of internal organs.

БІОЛОГІЧНО-АКТИВНІ ДОБАВКИ ЧИ ПАРАФАРМАЦЕВТИКИ: ПЕРСПЕКТИВИ ТА ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ПРИЧИНИ ДИСКУСІЙНОСТІ ПОГЛЯДУ (ДИСКУСІЯ)

Волошин О.І., Волошина Л.О.

*ВДНЗ України «Буковинський державний медичний університет»,
Чернівці, Україна*

Вступ. Сучасна і майбутні епохи характеризуються прогресуючим погіршенням стану довкілля, зростаючими темпами життя та супутніми їм психоемоційними, соціально-побутовими стресами, зниженням біологічної цінності їжі, негативним впливом різних електронних пристроїв, гаджетів тощо. Це – зовнішні фактори. Результатом тривалої дії цих чинників є зниження загальнобіологічного потенціалу націй, зростання захворюваності, полі- та коморбідність, судинні катастрофи, вторинні імунодефіцитні стани, ендокринопатії, преанцерози тощо [1, 2]. Зрозуміло, що залежно від віку, статі, особливостей професії, наявності шкідливих звичок, спадкових факторів, реакція людини на зазначені вище негативи буде різною залежно від тривалості, потужності дії цих факторів, їх сукупності. На початкових етапах спротиву індивідуума на ці впливи буде напруження регуляторних систем організму, згодом – перенапруження, десинхронози різних рівнів та вираженості, надалі – передхворобливий стан, що в подальшому трансформується в різні хвороби. На цих різних етапах існування людини за дії вищенаведених негативів форми протидії, захисту можуть відрізнятися: на перших етапах – здоровий спосіб життя та оздоровче харчування, за потреби –нутрицевтики, при перенапруженні, десинхронозах – до вищезазначеного додатково - парафармацевтики, особливо на стадії передхвороби і, зрозуміло, на стадії різних хвороб основою є ліки та

РОЗДІЛ II	
<i>ОЗДОРОВЧЕ ХАРЧУВАННЯ, АПІФІТОТЕРАПІЯ, ПРОБЛЕМА ПИТНОЇ І МІНЕРАЛЬНОЇ ВОДИ, ПОДОЛАННЯ ЙОДОДЕФИЦИТУ В СУЧАСНИХ УМОВАХ</i>	
OBSAH POLYFENOLOV A ANTIOXIDAČNEJ AKTIVITY TOKAJSKÝCH ESENCÍ Eftimová Z., Eftimova J., Brindza J.	78
PHYTOCHEMICAL STUDIES OF BEE BREAD EXTRACTS Hudz N., Brindza J., Grygorieva O., Schubertová Z., Filipka A., Ivanišová E.	80
EFFECT OF SHORT-TERM CONSUMPTION OF 100% FRUIT JUICE ON SERUM BILIRUBIN AND ALBUMIN CONTENT IN MILD-HYPERCHOLESTEROLEMIC ADULTS Schwarzova M., Habanova M., Fatrcova-Sramkova K., Chlebo P., Kalafova A., Capcarova M., Slezak P.	83
АНТИОКСИДАНТНА АКТИВНІСТЬ ПЕРГИ Адамчук Л.О., Новицька А.Т., Броварський В.Д., Бріндза Я.	86
РОЗВАНТАЖУВАЛЬНО-ДІСТИЧНА ТЕРАПІЯ І МІКРОХВИЛЬОВА МАГНІТОТЕРАПІЯ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ ЛІКУВАННЯ ЗАПАЛЬНОГО І БОЛЬОВОГО СИНДРОМУ ПРИ ХРОНІЧНОМУ ПАНКРЕАТИТІ Архій Е.Й., Москаль О.М.	88
МІЖНАРОДНЕ СПІВРОБІТНИЦТВО В ГАЛУЗІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА СТАЛОГО ВИКОРИСТАННЯ АГРОБІОРИЗНОМАНІТТЯ ДЛЯ ПОКРАЩАННЯ ХАРЧУВАННЯ, ЗДОРОВ'Я І ЯКОСТІ ЖИТТЯ Бріндза Я., Григор'єва О.	93
ОВОЧЕВІ КОНСЕРВИ З ДОДАВАННЯМ МОРСЬКИХ ВОДОРОСТЕЙ Буряченко Л.Ю., Лебединець В.Т.	95
ЗНАЧЕННЯ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ ДЛЯ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ Васялиха Н.В., Індус К. П.	98
ТРОФОЛОГІЯ – ЖИТТЄВО НЕОБХІДНА МІЖДИСЦИПЛІНАРНА НАУКА Вигера С. М., Зубар Н.М.	99
РОСЛИНИ, ОВОЧІ ТА ФРУКТИ З ПІДВИЩЕНИМ ВМІСТОМ КВЕРЦЕТИНУ ЯК ЗАСОБИ ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ ЛЮДИНИ Волошин О.І., Бойчук Т.М., Волошина Л.О.	104
БІОЛОГІЧНО-АКТИВНІ ДОБАВКИ ЧИ ПАРА ФАРМАЦЕВТИКИ: ПЕРСПЕКТИВИ ТА ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ПРИЧИНИ ДИСКУСІЙНОСТІ ПОГЛЯДІ (ДИСКУСІЯ) Волошин О.І., Волошина Л.О.	107
ВИКОРИСТАННЯ СВЕРБИГИ СХІДНОЇ (BUNIAS ORIENTALIS L.) В ХАРЧУВАННІ Гаврилко П.П., Гуштан Т.В.	112
«ЛАМІДАН»® - ПРИРОДНИЙ ШЛЯХ ДО ЗДОРОВ'Я Ганич О.М., Лізогуб В.О., Ганинець П.П., Ганич Т.М., Торохтін О.М., Равинський В.І., Скаканді С.І., Куделя В.І.	117
ХАРЧОВІ РОСЛИННІ ЦІЛИТЕЛІ ДЛЯ ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ У ЩОДЕННОМУ РАЦІОНІ Гирка О. І., Бодак М. П., Гаврилишин В. В.	121