

Заседание Экспертного совета Академии нутрициологии и микроэкологии пищеварительного тракта

22 апреля 2015 г. в Москве прошло заседание Экспертного совета Академии нутрициологии и микроэкологии пищеварительного тракта, в котором приняли участие ведущие российские специалисты в области клинической фармакологии, гастроэнтерологии, педиатрии, нутрициологии, аллергологии.

Мероприятие состоялось по инициативе бизнес-подразделения «Безрецептурные препараты» ООО «Пфайзер». Цели заседания: определить роль витаминов и пробиотиков в профилактике и лечении заболеваний, а также в поддержании/улучшении здоровья различных групп населения в Российской Федерации (РФ); осветить новые тенденции, открытия в нутрициологии и гастроэнтерологии; обозначить перспективные направления в области нутрициологии и микроэкологии кишечника.

Работа Экспертного совета осуществлялась по двум направлениям:

- микроэкология кишечника и пробиотики;
- нутрициология и витамины.

Первая сессия была посвящена обсуждению роли пробиотиков (штаммам *Bifidobacterium lactis* BB12 и *Streptococcus thermophilus* TH4) в профилактике функциональных расстройств желудочно-кишечного тракта. Наиболее изученными и доказавшими эффективность на сегодня являются *Lactobacillus rhamnosus* GG (LGG), *Bifidobacterium longum* BB46, *B. lactis* BB12, *S. thermophilus* TH4, *Enterococcus faecium* SF68. Основным критерием выбора пробиотического препарата и штамма, особенно в педиатрической практике, является его доказанная безопасность. Таким штаммом признан *B. lactis* BB12 (статус GRAS), одобренный к применению как натуральный продукт Управлением по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов (Food and Drug Administration, FDA) США, а также Датским агентством медицинских препаратов. *S. thermophilus* TH4 также признан безопасным штаммом (статус GRAS) и одобрен FDA к использованию. Оба эти штамма входят в состав Бифиформ Бэби в форме суспензии.

Форма выпуска является значимой для эффективности пробиотика. Наиболее перспективны с этой точки зрения капсулы: так, в препарате Бифиформ она защищает микроорганизмы от воздействия желудочного сока, поэтому пробиотические штаммы попадают в кишечник, не разрушаясь и не погибая в желудке.

Цели назначения этих препаратов детям — профилактика и лечение острой инфекционной (BB12), нозокомиальной (LGG, BB12), антибиотикассоциированной диареи (TH4, BB12, LGG), функциональных расстройств (TH4, BB12), некротического энтероколита (TH4, LGG), а также хронических запоров (BB12, LGG).

В ходе заседания Экспертного совета была всесторонне обсуждена тема «Антибиотикассоциированные диареи (ААД): распространенность проблемы, роль пробиотиков в профилактике и лечении ААД». Широкомасштабные исследования свойств LGG позволяют рекомендовать их при разных заболеваниях инфекционного и неинфекционного генеза. Симбиотический эффект LGG и BB12 доказан при сальмонеллезе и ротавирусных инфекциях. Эти штаммы играют важную роль в замедлении роста условно-патогенных микробов. Клиническая эффективность

LGG доказана при острых кишечных инфекциях, постинфекционных синдромах, ААД. Также подтверждено, что LGG способствуют снижению интенсивности кишечных колик у детей. Клинические исследования указывают, что LGG имеют положительный эффект на кишечник и иммунную функцию: уменьшают риск развития побочных эффектов, связанных с приемом антибиотиков; улучшают консистенцию стула во время лечения антибиотиками; нормализуют иммунный ответ после вакцинации; потенциально сокращают число респираторных инфекций, а также снижают риск внутрибольничных инфекций желудочно-кишечного тракта и дыхательных путей у детей.

Метаанализ 9 двойных слепых плацебоконтролируемых клинических исследований показал, что штаммы *E. faecium* SF68, *B. longum* BB46 и LGG являются эффективными в профилактике ААД.

Штамм SF68, не обладающий резистентностью к ванкомицину, был идентифицирован как *E. faecium*: в нем не выполнялось генных модификаций. В клиническом исследовании с участием детей, в том числе грудного возраста, SF68 продемонстрировал отсутствие нежелательных явлений.

E. faecium SF68 клинически эффективен в профилактике ААД, а также в лечении диареи у детей, сокращении ее продолжительности. Контролируемые двойные слепые клинические исследования показали, что лечение энтерита *E. faecium* SF68 было успешным как у взрослых, так и у детей, что выражалось сокращением продолжительности диареи, а также гораздо меньшим временем, необходимым для нормализации стула. Более чем 20-летняя история использования *E. faecium* SF68 подтверждает, что штамм не представляет риска для здоровья человека.

Однако, необходимо помнить, что назначение конкретного пробиотика зависит от характера заболевания или профилактической целесообразности, а также от штаммового состава.

Члены Экспертного совета пришли к заключению, что, по имеющимся в настоящее время данным, штаммы LGG, TH4, BB12, SF68 и BB46 являются эффективными и безопасными для детей и взрослых в профилактике и лечении упомянутых заболеваний желудочно-кишечного тракта. Также было отмечено, что выбор пробиотика следует осуществлять, основываясь на доказательствах эффективности и безопасности специфического штамма. Всемирная гастроэнтерологическая организация подчеркивает, что эффективность пробиотика зависит от штаммового состава и условий его назначения.

В докладах сессии «Витамины и нутрициология» были затронуты такие важные аспекты, как обеспеченность населения РФ витаминами и способы устранения ее дефицита. Причиной недостаточного потребления микронутриентов в РФ являются утрата разнообразия рационов (преобладают продукты, подвергшиеся интенсивной термической или химической обработке, консервированию, рафинированию); низкий уровень потребления овощей

и фруктов, мясных и рыбных продуктов; недостаточное производство пищевых продуктов, обогащенных микронутриентами. Последнее обстоятельство представляется особенно важным в свете того, что около 60% населения РФ проживает в регионах с природно-обусловленным дефицитом йода. По данным Института питания, недостаток этого микроэлемента отмечается у 10–15% городского и 13–35% сельского населения. Ежегодно в специализированной эндокринологической помощи нуждаются более 1,5 млн взрослых и 650 тыс. детей с патологиями щитовидной железы; растут заболеваемость раком щитовидной железы и прочие нежелательные последствия. У 40–85% отмечается недостаток витаминов группы В: В₁, В₂, В₆ и фолиевой кислоты, а также витамина D. Дефицит витамина С отмечается у 10–30% россиян, у 50–90% — дефицит каротина, у 10–30% — железа.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), анемия в развивающихся странах диагностируется у 35–75% (в среднем 56%), в развитых странах — у 18% беременных. В 75% случаев причиной анемии является дефицит железа и фолиевой кислоты. Согласно рекомендациям ВОЗ, профилактическое применение железа необходимо всем беременным женщинам, при этом прием железа необходимо начинать как можно раньше (не позднее 3-го мес беременности) и продолжать на протяжении всего срока вынашивания.

По данным метаанализов, на территории Европы, Северной Америки, Азиатско-Тихоокеанского блока, Ближнего Востока и Африки недостаток витамина D имеет 1/3 населения планеты. Ежегодно в РФ от болезней системы кровообращения умирает 1 млн человек (56% всех случаев смерти, из них 38% приходится на cerebrovasкулярные заболевания). На современном этапе широко обсуждается роль повышенного уровня витамина D в плазме крови, а также его участие в качестве гормона в профилактике ведущей причины смертности и инвалидизации у взрослых, связанной с развитием заболеваний cerebrovasкулярной системы. В результатах ряда метаанализов содержатся доказательства связи между D-дефицитными состояниями и развитием онкологических заболеваний, таких как рак молочной железы и рак толстого кишечника, при этом высокий уровень содержания витамина D может играть профилактическую роль. У мужчин, которые принимали витаминно-минеральные комплексы (ВМК) в среднем в течение более 11 лет, наблюдалось снижение частоты всех видов рака на 8%, а у пациентов с онкологическим заболеванием в анамнезе — на 27%.

Эксперты Научного центра здоровья детей (НЦЗД, Москва) привели данные собственных исследований, подтверждающие, что недостаточная обеспеченность витамином D детей в возрасте 1–3 лет напрямую соотносится с частотой случаев пищевой аллергии. В настоящее время признано, что недостаток витамина D является одной из значимых причин развития атопического дерматита, аллергической крапивницы у детей, а также более частых обострений бронхиальной астмы.

В результате масштабного исследования (4000 детей), проведенного в Швеции, исследователями не было обнаружено корреляции между приемом ВМК и возникновением каких-либо аллергических реакций, что позволило опровергнуть мнение о том, что применение ВМК может способствовать развитию аллергических реакций. Напротив, было показано, что дети, получавшие ВМК до 4-летнего возраста, значительно реже страдали от пищевой аллергии, аллергического ринита, приступов затрудненного дыхания и экземы.

Состояние полигиповитаминоза (недостаток 3 и более витаминов) испытывают до 70% населения, в том числе и дети. Полигиповитаминоз обнаруживается не только весной, но и в летне-осенний период, и, как правило, сочетается с недостатком кальция, йода, железа и ряда других микронутриентов (цинк, магний). Лечение полигиповитаминозов рекомендуется начинать с высоких доз витаминов, превышающих в несколько раз пищевую суточную потребность — порядка 300% в течение первого месяца. При достижении физиологического уровня в плазме крови пациентов можно перейти на длительный прием витаминов в поддерживающей дозе (30–50%), соответствующей пищевой суточной потребности. Основными путями восполнения дефицита витаминов и микронутриентов в лечебном питании является прием ВМК в дозе 50–100% от суточных норм. Один из лидеров на отечественном рынке витаминов для детей и взрослых — Мульти-табс — представлен сегодня в виде специализированных ВМК, дозировки которых учитывают потребности разных возрастных групп в соответствии с принятыми суточными нормами.

Витаминация в течение 1 мес повышает когнитивные способности у детей в возрасте 5–6 лет. Прием беременной женщиной ВМК на 13–54% снижает абсолютный риск осложнений в период вынашивания и родов, а также нарушения состояния внутриутробного ребенка и здоровья новорожденного. Анализ динамики заболеваемости на фоне приема витаминов показывает, что поступление в организм даже 50% рекомендуемого потребления позволяет снизить заболеваемость острыми респираторными вирусными инфекциями и гриппом.

Члены Экспертного совета в процессе обсуждения пришли к следующим выводам:

- витамины, благодаря их взаимодействию в организме, целесообразно применять не индивидуально, а именно в форме ВМК (синергичность действия);
- для устранения или профилактики полигиповитаминоза необходим круглогодичный прием препаратов, содержащих витамины и минеральные вещества в количествах, близких к физиологической потребности;
- длительное применение витаминов приводит к снижению или сокращению продолжительности заболевания, повышению физической и умственной работоспособности у детей и взрослых.

Члены Экспертного совета:

- Беляева Ирина Анатольевна, докт. мед. наук, профессор;
- Боровик Татьяна Эдуардовна, докт. мед. наук, профессор;
- Горелов Александр Васильевич, докт. мед. наук, профессор;
- Калинченко Светлана Юрьевна, докт. мед. наук, профессор;
- Коденцова Вера Митрофановна, докт. биол. наук, профессор;
- Корниенко Елена Александровна, докт. мед. наук, профессор;
- Мазанкова Людмила Николаевна, докт. мед. наук, профессор;
- Макарова Светлана Геннадьевна, докт. мед. наук, профессор;
- Намазова-Баранова Лейла Сеймуровна, докт. мед. наук, профессор, член-корреспондент РАН;
- Погожева Алла Владимировна, докт. мед. наук, профессор;
- Рыбальченко Оксана Владимировна, докт. биол. наук, профессор.
- Ших Евгения Валерьевна, докт. мед. наук, профессор.