

Письмо Минздрава РФ от 23 июня 2003 г. N 13-16/42 "О направлении информационного письма "Об обеспечении общеобразовательных учреждений йодированной солью и пищевыми продуктами, обогащенными микронутриентами"

По состоянию на 25 сентября 2006 года

В соответствии с п. 16 совместного приказа Минздрава России и Минобразования России от 30.05.2002/31.05.2002 N 176/2017 "О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации" Управление организации медицинской помощи матерям и детям направляет для использования в работе информационное письмо "Об обеспечении общеобразовательных учреждений йодированной солью и пищевыми продуктами, обогащенными микронутриентами".

*Заместитель начальника
Управления оказания
медицинской помощи
матерям и детям
Т.Д.Камилова*

Приложение

**Информационное письмо
"Об обеспечении общеобразовательных учреждений йодированной солью и пищевыми продуктами, обогащенными микронутриентами*"**

Рациональное (здоровое) питание детей является необходимым условием обеспечения их здоровья; устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных внешних факторов; способности к обучению во все возрастные периоды. Приоритетная роль питания в поддержании здоровья детей и подростков закреплена постановлением Правительства РФ в Концепции государственной политики в области здорового питания населения РФ до 2005 года.

Широкие эпидемиологические исследования, проведенные в последние годы специалистами НИИ питания РАМН, НЦ здоровья детей РАМН, центров госсанэпиднадзора в субъектах РФ и других медицинских учреждений страны, выявили значительные нарушения в структуре питания и пищевом статусе детей и подростков. Отмечается недостаточное потребление мяса, рыбы, молочных продуктов, фруктов, овощей, что ведет к уменьшению содержания в пищевых рационах белков и таких незаменимых микронутриентов, как витамины и минеральные вещества.

Особенно серьезной проблемой является дефицит витамина С (у 60-70% обследованных детей), а также витаминов А₁, В₁, В₂, бета-каротина; йода (у 70-80% детей); железа, кальция (у 30-40% детей).

Отмеченные нарушения питания детей служат одной из важных причин возникновения алиментарно-зависимых заболеваний, к числу которых могут отнесены: заболевания желудочно-кишечного тракта, анемия, кариес, остеопороз, болезни обмена веществ (в первую очередь ожирение и сахарный диабет), распространенность которых значительно увеличилась за последние годы.

Чрезвычайно серьезной проблемой является широкая распространенность дефицита йода, что является причиной низкорослости, нарушений умственного развития и эндемического зоба у детей с риском последующего перехода в рак щитовидной железы.

Основными путями ликвидации дефицита незаменимых микронутриентов в питании школьников служат:

1. Оптимизация рационов и меню с включением в них различных групп продуктов - носителей различных микронутриентов.
2. Включение в рационы специализированных продуктов, обогащенных микронутриентами.
3. Обогащение микронутриентами готовых блюд с помощью готовых премиксов.
4. Включение в рационы витаминно-минеральных препаратов (в виде драже, пастилок, напитков и т.п.).

Особое значение при этом имеет улучшение обеспеченности детей йодом, важность которого неоднократно отмечена в постановлениях Правительства РФ и приказах Минздрава России (постановление Правительства РФ от 05.10.99 N 1119 "О мерах по профилактике заболеваний, связанных с дефицитом йода"; приказ Минздрава России от 14.12.99 N 444 "О мерах по профилактике заболеваний, связанных с дефицитом йода и других микронутриентов"; постановление главного государственного санитарного врача РФ от 03.04.98 N 11 "О дополнительных мерах по профилактике йод-дефицитных состояний") и др.

Установлено, что дополнительное регулярное потребление 100-150 мкг йода независимо от способа его введения приводит к существенному (на 50-65%) и достоверному снижению частоты увеличения щитовидных желез у детей школьного возраста в районах с легкой и умеренной степенью йодной недостаточности в течение 6-9 месяцев от начала проведения йодной профилактики.

Наиболее универсальным методом профилактики ЙДЗ является использование йодированной поваренной соли. Соль - единственный минерал, который добавляется в пищу непосредственно. Выбор соли в качестве "носителя" йода обусловлен тем, что она используется всеми слоями общества независимо от социального и экономического статуса. Диапазон ее потребления весьма невелик (в среднем от 5 до 10 г в сутки) и не зависит от времени года, возраста, пола.

При правильной технологии йодирования соли невозможно передозировать йод и тем самым вызвать какие-либо осложнения. Стоимость йодированной поваренной соли практически не отличается от нейодированной.

В 1998 году в России принят новый стандарт на йодированную поваренную соль, который предполагает внесение в нее 40 +/- 15 мг йода на кг соли в виде стабильной соли - йодата калия. Использование йодата калия повышает качество йодирования соли, увеличивает сроки ее хранения и реализации.

В то же время имеются данные об эффективности обогащения продуктов йод-казеином.

Разработаны и апробированы массовые методы восполнения йодного дефицита: с использованием йодированной соли, йодированного хлеба и йодированного молока.

Индивидуальная йодная профилактика предполагает использование профилактических лекарственных средств, обеспечивающих поступление физиологического количества йода, например, Калия йодид 200 Берлин-Хеми ("Берлин-Хеми АГ"). Для эффективного преодоления йодного дефицита индивидуальная профилактика требует от пациента достаточного обучения и мотивации.

Групповая йодная профилактика подразумевает организованный прием препаратов, содержащих йод, группам населения с наибольшим риском развития ЙДЗ (дети, подростки, беременные и кормящие женщины). Выбор групп и контроль за профилактикой осуществляют специалисты-медки.

В качестве источников йода в рационе питания школьников могут служить:

1. "Соль пищевая йодированная", которая обогащена йодом в форме стабильного, хорошо усвояемого организмом йодата калия до уровня 40 мкг йода на 1 г соли, со сроком годности не менее двух лет.

2. "Соль пищевая профилактическая йодированная", которая обогащена йодатом калия до уровня 40 мкг йода на 1 г соли с заменой 30% натрия на калий и магний.
3. Хлеб, обогащенный йодом за счет замены в его рецептуре обычной соли на соль йодированную.
4. Хлеб, обогащенный йодказеином.
5. Молоко, обогащенное уодказеином, и др.

Наряду с йодом необходимо обогащать продукты и блюда рядом других микронутриентов.

Основные сведения о группах продуктов, которые в соответствии со сложившейся мировой и отечественной практикой обогащаются микронутриентами, приведены в таблице 1, а конкретные примеры некоторых продуктов, обогащенных микронутриентами, выпускаемых отечественной промышленностью, - в таблице 2.

Таблица 1

Основные группы продуктов, обогащаемых микронутриентами

Группа продуктов	Микронутриент, используемый для обогащения
1. Мука пшеничная высшего и первого сортов	Витамины: В_1, В_2, В_6, РР, фолиевая кислота, С (технологическая добавка) Минеральные вещества: железо, кальций
2. Хлеб и хлебобулочные изделия из пшеничной муки высшего и первого сортов	Витамины: В_1, В_2, В_6, РР, фолиевая кислота, бета-каротин. Минеральные вещества: железо, кальций, йод
3. Молоко и кисломолочные продукты (в т.ч. низкожировые)	Витамины: С, А, Е, D, бета-каротин, В_1, В_2, В_6, РР, фолиевая кислота. Минеральные вещества: кальций
4. Соль пищевая поваренная, вода минеральная, вода питьевая	Минеральные вещества: йод, фтор, калий, магний
5. Напитки (в т.ч. соки, нектары, сиропы, сокодержажие напитки, безалкогольные напитки)	Витамины: С, А, Е, бета-каротин и другие каротиноиды, В_1, В_2, В_6, РР, фолиевая кислота. флавоноиды. Минеральные вещества: йод, железо, кальций
6. Кондитерские изделия	Витамины: С, А, Е, бета-каротин, В_1, В_2, В_6, РР, фолиевая кислота. Минеральные вещества: йод, железо, кальций
7. Зерновые завтраки	Витамины: С, А, Е, бета-каротин, В_1, В_2, В_6, РР, фолиевая кислота. Минеральные вещества: железо, кальций
8. Консервы плодово-ягодные, овощные	Витамины: С, А, Е, бета-каротин и другие каротиноиды

Таблица 2

Примеры продуктов, обогащенных микронутриентами, выпускаемых отечественной промышленностью

N п/п	Наименование документации	Обозначение документации	Разработчик (держатель)
1.	Булочные изделия "Студенческие" профилактического назначения	ТУ 9110-021-17028327-99	ЗАО "Валетек-Продимпэкс"
2.	Изделия булочные и хлеб "Молодецкий"	ТУ 9110-290-05747152-99 ГНУ ВНИИЗ	ЗАО "Сентоза-факторинг"
3.	Зерновой хлеб "Тонус"	ТУ 9110-001-03630606-97	ЗАО "Русский хлеб"
4.	Молоко стерилизованное, обогащенное растительными биоволокнами; кальцием; витамина- ми, железом и йодом; детское с витамина- ми, кальцием и йодом	ТУ 9222-024-05268977-00 совместно с НИИ питания РАМН	ОАО "Лианозовский" "молочный комбинат"
5.	Паста творожная фрековая "Школьная" обогащенная кальцием	ТУ 9222-003-05331569-02 1"	ОАО "Московский" "молочный комбинат N1"
6.	Соки и нектары витаминизированные	ТУ 9163-042-51114834-01 ТУ 9163-043-51114834-01 ТУ 9163-044-51114834-01 питания РАМН	ОАО "Лианозовский" "молочный комбинат" совместно с НИИ
7.	Концентраты напитков и киселей "Золотой шар", обогащенные витаминами и минеральными веществами	ТУ 9197-020-17028327-97 ТУ 9197-024-17028327-01 ТУ 9190-010-17028327-97 ТУ 9197-011-17028327-97 ТУ 9197-014-17028327-97	ЗАО "Валетек-Продимпэкс"
8.	Печенье, обогащенное витаминно-минераль- ными премиксами	ТУ 9131-002-00340641-98	ОАО "Большевик"
9.	Печенье, обогащенное витаминно-минераль- ными премиксами	ТУ 9131-003-05127550-97 с изм. N 1	ОАО "МКФ Красный" "Октябрь"

10.	Соль	пищевая	ТУ 9192-007-17028327-01	ЗАО
	йодированная			"Валетек-Продимпэкс"
+-----+-----+-----+-----+				
11.	Соль	пищевая	ТУ 9192-007-17028327-01	ЗАО
	профилактическая,			"Валетек-Продимпэкс"
	йодированная			
L-----+-----+-----+-----+				

Регламентируемое содержание витаминов и минеральных веществ в обогащаемых ими продуктах промышленного производства должно быть указано на индивидуальной упаковке этого продукта и строго контролироваться как изготовителем (при осуществлении производственного контроля), так и органами государственного санитарно-эпидемиологического надзора.

Производство таких продуктов целесообразно организовать в регионах с использованием местного сырья и ресурсов местной промышленности.