ФГБОУ ВО
«ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М. ГОРЬКОГО»
Минздрава России
Кафедра пропедевтики педиатрии

ИСКУССТВЕННЫЕ АДАПТИРОВАННЫЕ СМЕСИ ТРЕТЬЕЙ ФОРМУЛЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕ ГОДА: ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ

Докладчик: к.мед.н., доцент Пошехонова Ю.В.

Реальность, с которой сталкивается педиатр:

По данным методических рекомендаций Минздрава 2019 года, только 46% детей второго года жизни и 35,4% — третьего года ежедневно получают овощи. Рыба присутствует в рационе не реже двух раз в неделю лишь у 36% и 42% детей соответственно. То есть больше половины детей не получают в достаточном количестве ключевые источники ПНЖК, витамина D и йода.

Цена несбалансированного рациона

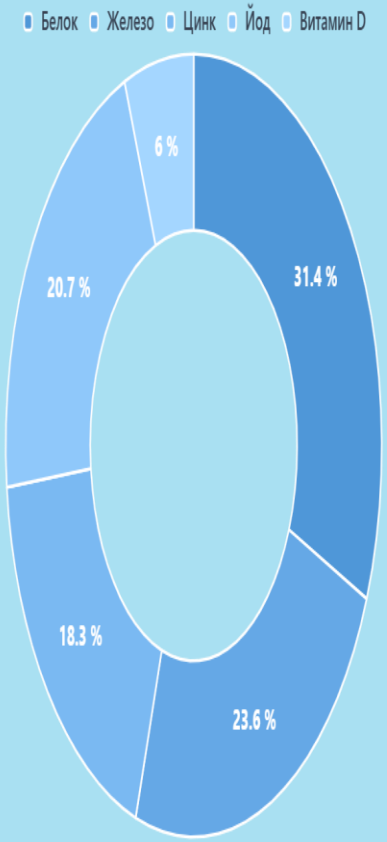
Параметр	Грудное молоко	Смесь на основе коровьего молока	Смесь на основе козьего молока	Прикорм овощи	Прикорм каши
Кальций (мг/100 мл)	30-70	50-70	60-70	30-50	40-50
Пиковая костная масса (%)	Снижение при дефиците на 5-10%	Снижение при дефиците на 5-10%	Снижение при дефиците на 5-10%	–	–
Риск переломов (%)	Увеличение при дефиците на 50%	Увеличение при дефиците на 50%	Увеличение при дефиците на 50%	–	–
Рекомендуемый суточный приём (мг)	400-600	400-600	400-600	400-600	400-600
Возраст начала прикорма (месяцы)	–	–	–	4-6	4-6

дефицит кальция снижает пиковую костную массу на 5-10% и увеличивает риск переломов на 50% (Захарова, 2011).

Цена несбалансированного рациона

- ✓ дефицит железа у 6-40% детей;
- ✓ потребление железа ниже нормы на 22% и 14,4%;
- ✓ дефицит кальция снижает пиковую костную массу на 5-10% и увеличивает риск переломов на 50%;
- ✓ избыток углеводов у 87% детей;
- ✓ мясо ежедневно только у 32% детей;
- ✓ пельмени у 62%, у сосиски 58%;
- ✓ 100% детей на цельном молоке!

(*Захарова И.Н. с соавт., 2011, Перевощикова Н.К. с соавт., 2010*)



Ключевой вывод для врача

Цельное коровье молоко — не адаптировано к потребностям ребенка 1-3 лет. Оно не покрывает дефицит железа, ПНЖК и витамина D, а также создает избыточную белковую нагрузку. Наша задача как педиатров — предложить семье адаптированную альтернативу, которая встроится в рацион и восполнит дефицит!

Определение и место в рационе

- Это специализированный продукт для детей от 1 до 3 лет.
- Важно подчеркнуть: она не является заменой грудному молоку и не заменяет основные приемы пищи — завтрак, обед и ужин. Это нутритивная поддержка и адаптированная альтернатива цельному молоку.
- Согласно методическим рекомендациям Минздрава 2019 года, рекомендуемый объем — 200-300 мл в день.

Что дает 300 мл смеси в день?

- По данным методических рекомендацийМинздрава 2019 года, этот объем удовлетворяет суточную потребность в железе на 29,4%, а в витамине D3 — на 33%.

- Для ребенка, который отказывается от мяса или рыбы, — это значимая доля. Это не абстрактная «поддержка», это конкретное восполнение того, чего в рационе нет!

Таблица сравнения 400 мл коровьего молока и 400 мл смеси «Нутрилон-3»

Нутриент	Коровье молоко		«Нутрилон-3»	
	400 мл	% сут	400 мл	% сут
Белок, г	12	22,6	7,6	14,3
Линолевая кислота, г	Следы	Следы	1,48	21
α-Линолевая кислота, г	»	»	0,28	40
Кальций, мг	480	60	360	45
Железо, мг	0,28	2,8	5,2	52
Цинк, мг	1,52	22,5	3,76	75,2
Йод, мг	12,8	21,3	48	80
Селен, мкг	4	20	6,4	32
Витамин С, мг	4,4	9,7	33,2	73
Витамин А, мкг	84	18,6	236	52,4
Витамин D, мкг	0,08	0,8	7,6	76
Фолиева кислота, мкг	52	52	44	44

Функциональные компоненты

- Пребиотики — ГОС и ФОС, или Immunofortis, — стимулируют рост бифидобактерий, приближая микробиоту к таковой при грудном вскармливании. На практике это улучшает моторику кишечника и снижает риск запоров.
- ПНЖК — DHA и ARA — необходимы для развития мозга и сетчатки. По данным методических рекомендаций, они составляют до 20% жирных кислот в фосфолипидах мозга.
- Нуклеотиды участвуют в созревании иммунной системы.
- Использование смеси жиров без пальмового масла препятствует образованию нерастворимых солей пальмитиновой кислоты с кальцием в кишечнике. Это обеспечивает лучшее усвоение кальция и минерализацию костной ткани.

Данные клинических наблюдений

- Динамика атопического дерматита. У 4 детей основной группы признаки атопического дерматита — сухость, гиперемия и инфильтрация кожи щек, ягодиц — исчезли к концу первого месяца приема смеси без лекарственных препаратов.
- Функция кишечника. Функциональные нарушения в виде тугого стула и запоров по 2-3 дня отмечались у 9 детей основной группы и 8 детей контрольной группы. На фоне приема смеси «Нутрилон-3» запоры купировались к концу первой недели. Кроме того, улучшился аппетит к основным блюдам. Это важно: мы часто боремся с «малоежками», а здесь смесь с пребиотиками опосредованно улучшила аппетит.
- По результатам копрологического исследования у детей отмечалось уменьшение йодофильной флоры — это маркер нарушения переваривания углеводов, — уменьшение мышечных волокон и крахмала, увеличение детрита. Интерпретация простая: смесь с пребиотиками улучшает переваривание и нормализует микробиоту.
- Местный иммунитет. Исследование показателей местной защиты слизистых выявило достоверное повышение уровня лизоцима в носовом секрете: с 46,86% до 53,80% через 2 месяца, $p<0,05$. Секреторный IgA также имел тенденцию к увеличению.
- Резюме клинических эффектов: смесь 3 с пребиотиками: восполняет дефицит железа, цинка, йода и витамина D; купирует функциональные запоры; снижает проявления атопического дерматита; стимулирует местный иммунитет и снижает заболеваемость ОРВИ.

(*Захарова И.Н. с соавт., 2011, Перевощикова Н.К. с соавт., 2010*)

Практические рекомендации. Кому показана смесь 3

- Детям 1-3 лет, получающим цельное коровье молоко в больших количествах.
- Детям с риском дефицита железа — отказ от мяса, мало мяса в рационе.
- Детям с функциональными запорами.
- Детям с атопическим дерматитом — при выборе смеси с пребиотиками.
- Детям, отказывающимся от рыбы, — дефицит ПНЖК и витамина D

Практические рекомендации. Кому смесь 3 не показана или требует индивидуального подхода

- Детям с подтвержденной аллергией к белкам коровьего молока — им требуются гидролизаты или аминокислотные смеси.
- Детям с избыточной массой тела — необходим расчет нутритивной нагрузки.
- И важное замечание: смесь 3 — не обязательный продукт для всех. Это инструмент, который назначается по показаниям. Мы не должны рекомендовать ее «на всякий случай».

Режим дозирования и место в рационе

- В примерном меню методических рекомендаций Минздрава 2019 года для детей 12-18 месяцев и 18-36 месяцев смесь 3 включена в качестве кормления перед сном — 200 мл. Также она может использоваться для приготовления каш.

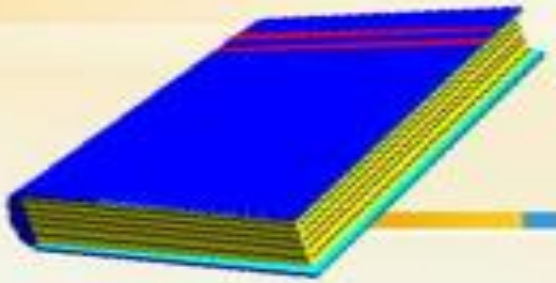
- Практическая схема: 1-2 кормления в день по 200 мл. Смесь не заменяет завтрак, обед и ужин.

Чек-лист для выбора смеси

- ❑ Наличие пребиотиков — ГОС/ФОС — для моторики кишечника и микробиоты.
- ❑ Наличие DHA — для когнитивного развития.
- ❑ Содержание железа и витамина D — ключевые дефициты у детей 1-3 лет.
- ❑ Отсутствие пальмового масла — для лучшего усвоения кальция.
- ❑ Наличие пробиотиков, например L. reuteri, — при склонности к запорам.

Практические рекомендации

- Питание детей 1-3 лет в России характеризуется углеводной направленностью и дефицитом белка, железа, цинка, йода и витамина D.
- Искусственные адаптированные смеси 3 — эффективный инструмент коррекции. Они восполняют дефициты, улучшают пищеварение, снижают проявления атопии, укрепляют местный иммунитет.
- Клинические данные подтверждают рациональность введения смесей 3 в рацион для облегчения перехода на «общий стол».
- При выявлении факторов риска дефицитных состояний или функциональных нарушений ЖКТ у ребенка 1-3 лет — рассмотреть назначение адаптированной смеси 3 как дополнение к рациону, а не как замену приёмов пищи!





Благодарим за внимание!



