



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
SOG'LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI



TOSHKENT TIBBIYOT
AKADEMIYASI



O'ZBEKISTON NUTRITSIOLOGLAR
ASSOTSIATSIYASI

OVQATLANISH VA SALOMATLIK XALQARO ILMIIY-AMALIY ANJUMAN

NUTRITION AND HEALTH INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE

ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ



2023 YIL 24 MAY, TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI



TOSHKENT-2023



**O'ZBEKISTON
RESPUBLIKASI
SOG'LIQNI
SAQLASH
VAZIRLIGI**



**TOSHKENT
TIBBIYOT
AKADEMIYASI**



**O'ZBEKISTON
NUTRITSIOLOGLAR
ASSOTSIATSIYASI**

**2023 yil 24 mayda o'tkazilgan
«OVQATLANISH va SALOMATLIK»
mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiyada
chop etilgan tezislar
TO'PLAMI**



**(Maqola va tezislarning originalligini tekshirish uchun
QR kodni skaner qiling)**

Toshkent – 2023

Tahrir hay'ati:

Rais:

Toshkent tibbiyot akademiyasi rektori, professor A.K. Shadmanov

A'zolar:

Toshkent tibbiyot akademiyasi Ilmiy ishlar va innovatsoyalar prorektor,
tibbiyot fanlari doktori, dotsent F.L. Azizova

Toshkent tibbiyot akademiyasi Bolalar, o'smirlar va ovqatlanish gigiyenasi
kafedrasi professori, tibbiyot fanlari doktori G.I. Shayxova

Toshkent tibbiyot akademiyasi Bolalar, o'smirlar va ovqatlanish gigiyenasi
kafedrasi mudiri, professori N.J. Ermatov

Toshkent tibbiyot akademiyasi Bolalar, o'smirlar va ovqatlanish gigiyenasi
kafedrasi dotsenti, tibbiyot fanlari doktori I.O.Otajonov

Toshkent tibbiyot akademiyasi Bolalar, o'smirlar va ovqatlanish gigiyenasi
kafedrasi tayanch doktoranti Sh.M.Xaydarov

Toshkent tibbiyot akademiyasi Bolalar, o'smirlar va ovqatlanish gigiyenasi
kafedrasi assistenti H.R. Haqberdiyev

быть очень много в суточном рационе. Употребление соли лучше минимизировать, чтобы в организме не накапливалась вода, и не возникали отеки.

При метаболическом синдроме дети и подростки любят десерты и сладости. Но это быстрые углеводы. Их урезают до минимума. Такое питание можно наладить в каждой семье, главное, чтобы была мотивация к снижению веса и здоровому питанию у всех членов семьи! То же и в отношении физической активности - дефицит движений приводит к уменьшению мышечной силы, появлению избыточной массы тела, изменению тонуса сосудистой стенки, с последующим возникновением сосудистых дисфункций. Детей следует с раннего возраста приучать к физическим нагрузкам и делать это надо опять же всем членам семьи и желателен сообща! Тогда это станет привычкой и потребностью с самого раннего возраста на всю жизнь.

Особенно благоприятно воздействуют на сердечно-сосудистую систему ребенка утренняя гимнастика, ходьба пешком, занятия плаванием, ритмической гимнастикой, езда на велосипеде, катание на коньках, лыжах.

Все эти рекомендации предназначены для профилактики ранних проявлений метаболического синдрома у детей и подростков.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПИТАНИЯ БОЛЬНЫХ С ХРОНИЧЕСКИМИ ГЕПАТИТАМИ

Зокирходжаев Ш.Я., Абдукадирова Л.К., Жалолов Н.Н., Паттахова М.Х.

Ташкентская медицинская академия, Ташкент, Узбекистан

На сегодняшний день установлено наличие шести вирусных гепатитов: это гепатиты А, В, С, D, E и G, причем большинство из них — гепатиты В, С, D и G могут протекать как остро, циклически, так и принимать хроническую форму. Следует подчеркнуть, что список вирусных гепатитов неокончательный и по крайней мере, возможная роль еще двух гепатотропных агентов обсуждается. Следовательно, заболеваемость гепатитами еще многие годы будет сохраняться, поддерживаться так называемым носительством гепатотропных вирусов, тем более, что специфическая вакцинопрофилактика некоторых гепатитов (гепатиты А и В) еще далеко не обеспечивает защиту населения в полном объеме.

Традиционный подход к диетотерапии вирусных гепатитов придает существенное значение лечебному питанию при этих заболеваниях. Этот подход был сформирован в середине прошлого века, и его продолжают придерживаться и в настоящее время многие отечественные диетологи и некоторые гастроэнтерологи.

При инфекционных заболеваниях лечебное питание способствует повышению защитных сил организма, восстановлению поврежденных тканей, ускорению выздоровления, предупреждению перехода болезни в хроническую форму и формированию осложнений. Лечебное питание может повысить эффективность фармакотерапии и уменьшить вероятность неблагоприятного действия на организм ряда лекарств.

Лечебное питание базируется на следующих принципах.

Обеспечение потребностей больного человека в пищевых веществах и энергии.

Обеспечение соответствия между принимаемой пищей и возможностями организма ее усваивать.

Учет состояния питания организма – показателей его пищевого статуса.

Учет местного и общего воздействия пищи на организм.

Использование в питании методов щажения, тренировки и разгрузки.

Как правило, лекарственные вещества это соединения, чужеродные для организма.

Общая характеристика применяемого лечебного питания заключалась в физиологически нормальном содержании белков и углеводов при небольшом ограничении жиров (в основном тугоплавких). Исключались продукты, богатые азотистыми экстрактивными веществами, пуринами, холестерином, щавелевой кислотой, эфирными маслами и продуктами окисления жиров, возникающими при жаренье.

Кулинарная обработка блюд при острых и хронических гепатитах включает отваривание, приготовление на пару и запекание. При этих способах готовки практически не наблюдается образование экстрактивных, раздражающих веществ.

Овощи даются в отварном и сыром виде, при подаче к ним добавляется растительное масло. Спелые фрукты и ягоды сладких сортов наиболее предпочтительны и назначаются как сырые, так и после тепловой обработки. Пища дается в теплом виде с частотой 5 раз в сутки.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ В ПРОФИЛАКТИКЕ ИНФАРКТА МИОКАРДА

Зокирходжаев Ш.Я., Жалолов Н.Н., Патгахова М.Х.

Ташкентская медицинская академия, Ташкент, Узбекистан

По состоянию на 1 января 2022 года самый высокий показатель впервые диагностируемых среди населения в Республике Узбекистан заболеваний составляют болезни органов дыхания, за ними следуют болезни органов пищеварения и системы кровообращения.

В Узбекистане в 2016-2019 гг. среди населения в возрасте от 30 до 69 лет первое место в общей структуре причин смертности занимают болезни системы кровообращения - 71,7%, сердечно-сосудистые заболевания, артериальная гипертензия и их осложнения (инфаркт миокарда, кровоизлияние в мозг и другие заболевания) являются их основными причинами.

Инфаркт миокарда, самое распространенное среди заболеваний сердечно-сосудистой системы, представляет собой острое нарушение кровоснабжения сердца, возникающее вследствие некроза сердечной мышечной ткани (миокарда) в результате полного или частичного отсутствия поступления крови к сердцу. Это приводит к нарушению работы всей сердечно-сосудистой системы и может стать причиной тяжелых осложнений или смерти больного.

Часто такое нарушение возникает на фоне атеросклероза коронарных артерий. Атеросклероз сужает пространство коронарных артерий и вызывает повреждение стенок сосудов, что создает дополнительные условия для образования тромбов и стеноза артерий. В последние годы увеличивается частота инфаркта миокарда. Инфаркт миокарда особенно часто встречается у людей в возрасте 45-60 лет. Мужчины в возрасте 40-50 лет болеют инфарктом миокарда в пять раз чаще, чем женщины. Установлено, что женщины заболевают на 10-15 лет позже, чем мужчины. В последние годы заболеваемость инфарктом миокарда увеличивается даже среди пожилых людей в возрасте до 40 лет. Инфаркт миокарда чаще всего наблюдается у людей, страдающих атеросклерозом, гипертонией, сахарным диабетом.

MUNDARIJA

I – QISM. MAQOLALAR	4
Khudayberganov A.S, Kitaybekov S.M, Muzaffarov M.J. // Evaluation of anti-cancer factors in the average daily diet of the adult population of Uzbekistan	4
Tajieva Z.B., Rajabova D. // Improvement of prevention of kidney disease in children of preschool and school age	6
Tursunov N.B. // Doping risks of nutritional supplements in paralympic sports	9
Давлатжонова Н. // Радиоактив юкламалар шароитида яшовчи аҳоли овқатланишининг гигиеник назорати	13
Джалилова Г.А. // Самооценка студентами своего здоровья	17
Ибадуллаева С., Дусчанов Б. // Овқатланиш ва соғлом турмуш тарзи	19
Искандарова Ш.Т., Расулова Н.Ф. // Оценка и анализ важных неинфекционных заболеваний среди населения Узбекистан	23
Каландарова Г. // Семизлик ва унинг асоратларини олдини олиш учун тавсиялар	29
Раджабов З.Н. // Питание лиц пожилого и старческого возраста	32
Умаров Ф.Б., Тухтаров Б.Э., Валиева М.У. // Спортчиларнинг амалдаги овқатланиш ҳолатини баҳолаш	36
Шайхова Г.И., Акназарова Д.Б. // Гигиеническое обоснование пищевой и биологической ценности биологически активной добавки «Майсара»	41
II – QISM. TEZISLAR	48
Ashurova M.D., Saydullayeva K.M., Maxamatov U.Sh., Ne'matullayev A.X. // Bolalarning maktabgacha ta'lim muassasalaridan maktabga o'tish davrida ovqatlanishini optimallashtirishni gigiyenik asoslari	48
Ashurova M.Dj., Valiyev A.L., Maxamatov U.Sh. // Sog'lom ovqatlanish davr talabi	49
Bo'riboyev E.M. // Yashil tamaki kasalligi	50
Dilmurodova O.B., Kamilova A.Sh. // Semizlikning yuzaga kelish sabablari, asorati va oldini olish chora-tadbirlari	51
Eshdavlatov B.M. // Sog'lom ovqatlantirish asoslari	52
Haqberdiyev H.R., Kamilova A.Sh. // Dioksin moddasining inson organizmiga ta'sirini baholash	53
Haqberdiyev H.R., Xayitov J.B., Kamilova A.Sh. // Shaxmat va shashka bilan shug'ullanuvchi o'smirlarda kasallanish ko'rsatkichlarini baholash	54

Kamilova A.Sh. // Bolalarda uchraydigan gijja kasalliklari profilaktikasida degelmintatsiyaning o'rni	55
Kholmonov D.Sh., Sayfiddin Khoji K.Sh., Ramazonov B.K., Kamilova A.Sh. // The main measures to prevent worm diseases in children of school age	56
Malikov Z.M., Baratova R.Sh. // Samarqand viloyati xududida yetishtirilgan maxsulotlarni radiologik taxlili bo'yicha holati	58
Nuraliyev F.N., Slavinskaya N.V. // Working conditions and health indicators of workers of the Bukhara spinning production	58
Ortiqov B.B., Alimova F.U., Ochilov J.T. // Covid-19 bilan og'rigan bemorlarda ijtimoiy gigiyenik xavf omillarining tahlili	59
Ortiqov B.B., Ochilov J.T., Alimova F.U. // Ovqatdan zaharlanish holatlarining gigiyenik tahlili	60
Otajonov I.O., O'rinov A.M. // Jigar sirrozi bilan kasallangan bemorlarning ijtimoiy-gigiyenik xavf omillarini tahlili	61
Rakhimova D.Zh., Shaykhova G.I. // Prevalence of nutritional dependent diseases in school children in samarkand region	62
Sadullayeva Kh.A., Kobiljonova Sh.R., Jalolov N.N. // Acute intestinal infections in children with atopic dermatitis	63
Shamuratova N., Duschanov B., Ruzmetova O. // Healing properties of white corn in diethotherapy of chronic liver diseases	65
Sobirova D.R., Usmanov R.D., Azizova F.X. // The importance of diet in the prevention of diabetes	66
Toshniyozov S.V., Rahimova D.J. // Xrom elementi va uning qandli diabet kasalligidagi o'rni	66
Turgunov S.T. // Development of a mobile application based on regional standards for early detection of defects in the physical development of preschool children	68
Yusupova O.B., Do'schanov B.A. // Qariyalarda sog'lom ovqatlanishga tavsiyalar ...	69
Абдукадилова Л.К., Рустамова Р.П., Парманова Н.А. // Репродуктив ёшидаги аёллар саломатлигини мустахкамлашда соғлом турмуш тарзи ва тўғри овқатланишнинг ахамияти	70
Абдукадилова Л.К., Хайдаров Ш.М., Рустамова Р.П. // Қариялар саломатлик холатини белгилашда рационал овқатланишнинг ўрни	72
Абдуллаев А.О., Даулетбаев А.Д., Абдуллаева Д.Г. // Овқат аллергиясида беморлар овқатланиши бўйича тавсиялар	74
Абдуллаев И.К., Хасанов Ш.М., Қадирберганов Х.Б., Сапаев А.Н. // Овқатланиш маданияти ва унга қатъий риоя қилиш - аҳоли саломатлигини белгиловчи жараён сифатида	75

Абдуллаева Д.Г. // Болаларда овқат аллергиясида овқатланиш бўйича тавсиялар.....	77
Абдуллаева Д.Г., Абдуллаева Д.Т., Йулдошев А., Янгибаев А. // Роль трансжиров при питании	79
Абдуллаева Д.Г., Икромов Н.И. // Проблема ожирения и питание больных	80
Абдуллаева Д.Г., Саидова Г.Т., Ашуров Ж.Б. // Аллергик касалликларда овқатланиш муаммолари ва уларнинг ечими	81
Акназарова Д.Б. // “МАЙСАРА” биологик фаол кўшимчасининг озуқавийлик ва гигиеник аҳамияти	82
Акназарова Д.Б., Турсунова Н.А. // Пищевая и энергетическая ценность пшеничные побегов «MAYSARA»	83
Аскарлов Ш.Ш., Куйлиев Х.Б. // Режим питания, выбор продуктов питания, потребление питательных веществ и факторы образа жизни в подростковом возрасте	84
Атаниязова Р.А., Бозаров Л.А. // К вопросам формирования внежилищной среды в условиях современных жилых комплексов	85
Атаниязова Р.А., Мамажонов С.Ш. // Аҳолининг яшаш шароитларини ҳисобга олган ҳолда касалланиш масалалари	86
Бейсбекова А.К., Сагидоллаева М.А. // Проведение сравнительного анализа характера, поведения питания школьников в период дистанционного обучения и в период после 2-х лет	88
Бободжонов Б.Р. // Уюшмаган кекса ёшдагилар гуруҳини хақиқий овқатланиш ҳолатини баҳолаш	90
Бободжонов Б.Р., Худайберганов А.С. // Оценка антиатерогенных факторов в рационах питания лиц пожилого возраста	91
Джуманазарова А.Ж. // Рациональное питание детей и подростков при метаболическом синдроме	93
Зокирходжаев Ш.Я., Абдукадирова Л.К., Жалолов Н.Н., Паттахова М.Х. // Основные принципы питания больных с хроническими гепатитами	95
Зокирходжаев Ш.Я., Жалолов Н.Н., Паттахова М.Х. // Здоровый образ жизни в профилактике инфаркта миокарда	96
Исакова Л.И., Кузнецова В.В. // Гигиеническая оценка нутритивного статуса детей дошкольного возраста Республики Каракалпакстан с учетом факторов риска и разработка мобильного приложения	97
Искандарова В.В., Дусмуратова Д.М. // Профилактика проблем с питанием у студентов медицинских ВУЗов	99
Искандарова Г.Т., Абдуллаев М.А. // К проблеме питания больных при чувствительности на латекс	100

Искандарова Г.Т., Искандаров А.Б., Хаджаева У.А. // Гигиеническая оценка производственного шума при холодной обработке металла	101
Кабирова Ю.У., Мелимуродова М.Г., Утамуродова Н.А. // Особенности сбалансированного и рационального питания детей и подростков	102
Камилов Ж.Д., Абдуллаева Д.Г. // Пищевая аллергия на арахис	103
Камилова Р.Т., Носирова А.Р. // Мактаб ўқувчиларининг “соғлом овқатланиш” бўйича ёндашувлари	104
Камилова Р.Т., Тиллаева Ш.О. // Значение питания для учащихся, занимающихся плаванием	105
Китайбеков С.М., Худайберганов А.С. // Нитратозависимость аскорбиновой кислоты в томатах Узбекистана	106
Куйлиев Х.Б., Аскарров Ш.Ш. // Важность правильного питания в детском периоде	107
Курбанов С.Р. // Рахитдан кейинги асоратлари мавжуд бўлган болаларда рахитнинг ривожланишида она томонидан хавф омилларининг таҳлили	108
Мажидова Г.Д., Солиев А.Б., Мавлянов И.Р. // <i>Ferula moschata</i> ўсимлиги сувли ва спиртли экстрактларининг кумулятив фаоллигини ўрганиш	110
Махмудов Ш.Ш., Отажонов И.О., Мендибоев Б.Р. // Оғир атлетика спортчилари овқат рационали таҳлили	110
Мирзаева Ф.Ф., Хамракулова М.А. // Спирулина биологик фаол кўшимчасининг юрак-қон томир тизими фаолиятига таъсирини баҳолаш	112
Музаффаров М.Ж. Худайберганов А.С. // Опыт применения системы steps при оценке состоянии питания населения	113
Назарова М.Б., Тажиева З.Б. // Выявление витамин D-дефицитного состояния у детей первых 3 лет жизни, проживающих в Хорезмской области	115
Назарова М.Б., Тажиева З.Б. // Динамика клинических признаков у детей с целиакией на фоне различных методов лечения	116
Назарова М.Б., Тажиева З.Б. // Контроль эффективности каптоприла и силденафила при высокой легочной гипертензии у детей	117
Ортиков Б.Б., Жонсаидова Х.Т., Бахтиёрова Г.Р. // Гигиеническая оценка условий труда химической промышленности «Аммофос Максам»	118
Отажонов И.О., Курбанов С.Р. // Рахитдан кейинги асоратлари мавжуд бўлган болаларда рахитнинг ривожланишида бола томонидан хавф омилларининг таҳлили	120
Расулова Н.Ф., Назаров Ш.Б. // Великий и неповторимый повелитель врачей	122
Рахимова Д.Ж., Шайхова Г.И. // Принципы организации питания обучающихся начальных классов в общеобразовательных организаций	124

Рахимова Д.Ж., Шайхова Г.И. // Распространенности аментарно зависимые болезни у детей школьного возраста Самаркандской области	125
Сагдуллаева М.А. // Муддатидан ўтиб туғилган болалар саломатлик холатига ва ривожланишига баҳо бериш	126
Саломова Ф.И., Ахмадалиева Н.О. // Изучения и оценка качества питания преподавателей ВУЗов разного профиля	127
Саломова Ф.И., Ахмадалиева Н.О., Жалолов Н.Н., Кобилжонова Ш.Р. // Избыточный вес и ожирение у детей: ключевые факторы	129
Саломова Ф.И., Азизова Ф.Л., Хакимова Д.С. // Мактаб ўқувчиларининг овқатланишини гигиеник баҳолаш натижалари	130
Саломова Ф.И., Шеркўзиева Г.Ф., Искандаров А.Б., Урманова Л.Ж. // Озиқ-овқат махсулотларининг ифлосланиши гепатит касалиги этиологик омили сифатида	131
Тажиева З.Б., Раджабова Д. // Взаимосвязь оксалатной нефропатии и патологии пищеварительного тракта у детей	133
Тажиева З.Б., Раджабова Д. // Региональный подход при лечении оксалатной нефропатии у детей	134
Тажиева З.Б., Раджабова Д. // Сроки введения прикорма для детей находящихся на естественном вскармливании	136
Тажиева З.Б., Раджабова Д. // Факторы риска, ранние клинические признаки дизметаболических нефропатий у детей	136
Ташпулатова Г.А., Красавин А.Н. // Гигиеническая оценка условий труда системных администраторов и проектировщиков, работающих с современной компьютерной техникой	138
Ташпулатова Г.А., Усманов И.А., Магай М.П., Халмуратов Б.З. // Гигиенические аспекты шумового загрязнения городов	139
Тиллаева З.У., Шайхова Г.И. // Комплексная оценка условий воспитания детей в дошкольных образовательных учреждениях	141
Тиллаева Шт.О., Исакова Л.И., Абдуллажонов Г.А. // Характеристика набора продуктов, потребляемых учащимися детско-юношеских спортивных школ	143
Туляганова Ш.Р., Абдуллаева Д.Г. // Пищевая аллергия на кунжут в условиях жаркого климата	144
Урунов А.М. // Токсикологическая оценка пробиотика на основе <i>Bacillus Subtilis</i>	145
Ушанская Е.Ю., Быкыбаева С.А. // Превенция фолатдефицитных состояний ...	146
Хайдаров Ш.М., Фаттохова Ф.А. // «Nutromix» биологик фаол кўшимчасининг биологик қийматини гигиеник баҳолаш	148

Хайитов Ж.Б. // Токсикологические исследования по оценке медико-биологической безопасности пищевого продукта колбаса варенная	149
Хакбердиев Х.Р., Абдуллаева Д.Г. // К вопросу гигиенической оценки грибковой сенсибилизации	150
Хасанова М.И., Шайхова М.И. // Лечебное питание при заболеваниях почек у детей	150
Хасенова Г. Өтебаева А.С. // Прогнозирование и оценки перелома костей с помощью FRAX компьютерной диагностики среди преподавателей ВУЗа	152
Шайхова Г.И., Абдуллаева Д.Г. // Элиминационные диеты и свойства пищевых аллергенных белков	153
Шерқўзиева Г.Ф., Шарипова С.А., Қобилжонова Ш.Р., Хакимова Д.С // Озиқ-овқат қўшимчасининг оғиз орқали юборилганда токсикологияси	155
Шерқўзиева Г.Ф., Ўралова О.Р., Бахриддинова М.Н., Бойсариева М., Эгамбердиева З.З. // Биологик ўғитнинг атмосфера ҳавосида гигиеник меъёрлаштириш натижалари	156
Эрматов Н.Ж., Хайдаров Ш.М. // «Nutromix» биологик фаол қўшимчасининг хавфсизлик кўрсаткичларини баҳолаш натижалари	158
Эрметова Д.Ж. // Овқатланиш хусусиятининг болалар жисмоний ривожланишига таъсирини баҳолаш	159