

ризиком розвитку ожиріння в ранньому віці. На думку вчених, виявлені ними нові генетичні чинники ризику в сукупності можуть відповідати приблизно за 50% випадків тяжкого ожиріння. Одна з них локалізується поблизу від гена PTER (його функція до цього часу невідома) і, за підрахунками авторів дослідження, пов'язана приблизно з кожним п'ятим випадком ожиріння у дітей і з третиною випадків тяжкого ожиріння серед дорослих європейців. Друга мутація розташована в гені NPC1, що контролює апетит. За підрахунками вчених, вона пов'язана приблизно з 10% дитячого ожиріння і з 14% ожиріння у дорослих. Нарешті, третя мутація пов'язана з геном MAF, що контролює продукцію гормонів інсуліну і глюкагону. З її наявністю автори пов'язують 6% випадків ожиріння у дітей і 16% випадків тяжкого ожиріння у дорослих.

Список використаних джерел

1. Довідник дитячого ендокринолога (2007). МОЗ, Центр медичної статистики МОЗ України. Київ, 2008. – 105 С.
2. Паньків В.І Ожиріння як медико-соціальна проблема /В.І.Паньків // Практична ангіологія. – 2009. – № 4. – С. 36.
3. Підлужна С.А. Ожиріння – соціально-медична проблема сучасності /С.А.Підлужна// Біологічні, медичні та педагогічні аспекти здоров'я людини: матеріали міжнародної науково-практичної конференції (4-5 жовтня 2018 року). – Полтава, 2018. – с.70-72.

КОРИСНІ ТА ЛІКУВАЛЬНІ ВЛАСТИВОСТІ МОРКВИ ЗВИЧАЙНОЇ (DAUCUS CAROTA)

Д.С.Половинка

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г.Короленка

Морква — дворічна трав'яниста рослина сімейства селерових висотою до 30 см. Листя довгочерешкове, двічі і тричі перисторозсічене. Черешки опушені. У 1-й рік життя утворює коренеплід. Цвіте на 2-й рік. Квітки зібрані в складний зонтик. Морква – це корисний овоч, розведенням якого займаються всі городники. Найбільше, звичайно, цінуються її їстівне коріння. Воно дуже багате вітаміном А.

Морква є високопоживним коренеплодом. Як лікувальна рослина використовується вже близько 4 тис. років. Її широко використовують в гастрономії як найпопулярнішу приправу, вона може, бути також і основним продуктом. Морква - дуже корисний овоч для організму. Корисні і лікувальні властивості моркви пояснюються її багатим складом. Морква містить вітаміни групи В, РР, С, Е, К, в ній присутній каротин - речовина, яка в організмі людини перетворюється на вітамін А. Морква містить 1,3 % білків, 7 % вуглеводів. Немало в моркві мінеральних речовин, необхідних для

організму людини: калію, заліза, фосфору, магнію, кобальту, міді, йоду, цинку, хрому, нікелю, фтору і ін. У моркві містяться ефірні олії, які обумовлюють її своєрідний запах.

Морква містить бета-каротин, який покращує роботу легенів. Бета-каротин є попередником вітаміну А. Потрапляючи, в організм людини каротин перетворюється на вітамін А, який найбільш корисний для молодих жінок. Також цілющі властивості моркви пов'язані із зміцненням сітківки ока. Людям, страждаючим короткозорістю, кон'юнктивітами, блефаритами, нічною сліпотою і швидкою стомлюваністю вживання цього продукту в їжу вельми бажано.

Корисно погризти сиру моркву, оскільки це укріплює ясна. Оскільки вітамін А сприяє росту, то морква особливо корисна дітям. Цей вітамін необхідний для нормального зору, він підтримує у хорошому стані шкіру і слизисті оболонки. Морква, страви з моркви і особливо морквяний сік використовуються в лікувальному харчуванні при гіпо- і авітамінозі А, захворюваннях печінки, серцево-судинної системи, нирок, шлунку, недокрів'ї, поліартриті, порушеннях мінерального обміну. Пюре з сирі або відварної моркви показане при коліті.

Суха шкіра, дерматит (запалення шкіри) і інші шкірні захворювання є наслідком недостатності в організмі поживних речовин, що містяться в сирій моркві. Як засіб боротьби проти виразок і ракових утворень сирій морквяний сік - диво нашого століття. Проте його потрібно приготувати правильно (витягнути з клітковини), а всяку їжу, що містить концентрований цукор, крохмаль і зернову муку, повністю виключити.

Вранці натщесерце давати дітям 50-100 мл соку. Послабляє м'яко і добре. Полоскати горло при ангіні кілька разів в день: на 100 мл свіжого соку додати 1 ст. ложку меду, розмішати, розбавивши склад навпіл з кип'яченою водою. Чим більше кислотності в шлунку, тим більше слід вживати морквяного соку. Свіжий сік підсолодити медом і змащувати або полоскати рот при молочниці. Користь і шкода моркви залежать головним чином від того, в яких кількостях. Зловживання овочем призводить до побічних ефектів, але в невеликих дозах морквина виявиться дуже цінною для здоров'я. Для вживання моркви є показання і протипоказання. Норма холестерину – 2,8 – 5,2 ммоль/л.

Отже, експериментально встановлено, що морква активізує внутрішньоклітинні окислювально-відновні процеси, регулює вуглеводний обмін, має антисептичну, протизапальну, знеболюючу і ранозагоювальні властивості. Лікування морквяним соком рекомендують при захворюваннях, пов'язаних з порушенням мінерального обміну (жовчнокам'яна хвороба, метаболічні поліартрити), показано вживання морквяного соку в перші дні після інфаркту міокарда, а також для вагітних жінок, матерів-годувальниць,

дітей. Свіжий морквяний сік використовується також при анемії, гіпоацидних гастритах.

Список використаних джерел:

1. Бенджамін, Л. Р.; Макгаррі, А.; Грей, Д. (1997). Коренеплоди: Буряк, морква, пастернак і ріпа. Фізіологія овочевих культур. Воллінгфорд, Великобританія: CAB International. с. 553–580. ISBN 978-0-85199-146-7
2. Брадін, Джеймс М.; Саймон, Філіп В. (2007). Морква.

КОНТРОЛЬ ВМІСТУ МІКОТОКСИНІВ У ПРОДУКТАХ ХАРЧУВАННЯ ТА КОРМАХ

Полотнянко Л. В.

¹Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка

Mekhedolga@gmail.com

L. Polotnianko

Annotation. Mycotoxins affect almost all organs and systems of animals. Livestock products (meat, milk, eggs, etc.) contaminated with mycotoxins pose a danger to human health. The problem of mycotoxins is multifaceted. One of the agricultural and veterinary problems is the study of the ways of the transition of mycotoxins and their metabolites from animals to humans in the food chain. The impossibility of complete prevention of damage by microscopic fungi poses the main task - the prevention of human mycotoxicosis by establishing safe concentrations of mycotoxins in various food products and feeds.

Key words: mycotoxins, molds, fodder, food products.

Цвіль завжди супроводжувала людину, завдаючи шкоди як господарству, помешканню, так і здоров'ю тварин та здоров'ю самої людини. Шкоди завдають як самі мікроскопічні гриби, проростаючи в тканини живої істоти і викликаючи мікози, так і продукти їх життєдіяльності, викликаючи отруєння, мікотоксикози. Одна з найбільших проблем, пов'язаних з цвілью, це вплив її на якість та безпечність кормів [6]. Мікроскопічні гриби присутні на всіх стадіях виробництва, транспортування, зберігання та використання кормів, знижуючи їх поживність та отруюючи їх продуктами свого метаболізму – мікотоксинами. Щорічно у світі 25% всього вирощеного зерна контамінуються мікотоксинами.

Мікотоксини впливають практично на всі органи та системи тварин. Відповідно виникають зміни обміну речовин [1, 4, 7]. Подібні дослідження стосовно змін обміну речовин тварин за токсичного впливу було проведено раніше [8, 9]. Продукти ж тваринництва (м'ясо, молоко, яйця та ін.), заражені мікотоксинами, становлять небезпеку для здоров'я людини. Проблема мікотоксинів є