

Г. А. Анохіна

Дієтологія

ДІЄТОЛОГІЯ (від [дієта](#) і [...логія](#)) – наука про фізіологічні та біохімічні основи харчування здорової людини та при різноманітних захворюваннях. Включає розділи: рац. харчування, превентивне та дієтичне харчування, нутриціологія (вивчає вплив харч. речовин на фізіол. та біохім. процеси в організмі). На межі *фармакології* та Д. розвивається фармакодієтологія. Зв'язок між здоров'ям та якістю харчування людини спостерігали ще в давні часи, свідченням чого є праці Гіппократа, Демокрита, Цельсія, К. Галена, Авіценни та ін. Зокрема на думку Аристотеля та К. Галена, їжа, потрапивши в шлунк.-кишк. тракт, зазнає процесів, схожих на шумування, і перетворюється в кров. Ця теорія була заг.-визнаною понад 20 століть. На її підставі розроблено низку дієт з метою полегшення перетворення їжі в кров і покращення її живильних властивостей.

Досягнення в галузях хімії і природознавства кін. 18 – поч. 19 ст. стали передумовою для вивчення складу харч. продуктів та розвитку Д. У 2-й пол. 19 ст. активізувалися дослідж. у галузях хімії їжі та біохімії. 1842 нім. хімік Ю. Лібіг класифікував харч. речовини, описав їхню роль для організму. Основи сучас. біохімії та фізіології харчування обґрунтував О. Палладін у кн. «Научные основы народного питания» (Х., 1919; мала кілька перевидань, зокрема 1925 – українською мовою). У 60-і рр. 20 ст. розроблено теорію збалансованого харчування, започатковану ще в серед. 19 ст., що передбачає не лише забезпечення організму необхідною кількістю енергії, але і дотримання співвідношення між численними чинниками споживання їжі. Вагомий внесок у її розвиток зробив О. Покровський. Його дослідж. стали основою норм фізіол. потреб в енергії, білках, жирах, вуглеводах, вітамінах і мінерал. речовинах для різних груп населення. Проблема Д. присвяч. праці [О. Губерґріца](#), Б. Смолянського, [В. Ванханена](#), [В. Смоляра](#), [Ю. Григорова](#). В останні роки відкрито нутрієнти коензим Q10, кверцетин, проантоціаніди, лікопен, лютеїн, зеаксантин. Всього нині відомо бл. 600 каротиноїдів, кожний із яких має особливий вплив на окремі функції та тканини. Встановлено регулювал. дію жирних кислот класу омега-9, 6, 3 та їхню активну участь у процесах запалення, підвищення згортання крові, а також протизапальні, антиагрегантні та ін. властивості. Проходять дослідж. макро- та мікроелементів – магнію, селену, цинку, хрому та ін., окремих амінокислот і пептидів. Виявлено не лише профілакт., а й фармакол. ефект низки нутрієнтів. [Г. Анохіна](#) та [Н. Харченко](#) запропонували

ентерогепатоцелюлярну теорію харчування, в якій узагальнили досягнення фізіології та біохімії у вивченні проблеми перетворення харч. компонентів у шлунк.-кишк. тракті, інформ. метаболіч. впливів, ролі кишк. мікрофлори та печінки для клітин. харчування. Нині у Д. домінує принцип індивід. підходу до призначення оздоров. та лікув. харчування.

Рекомендована література

1. див. Дієта.

Бібліографічний опис:

Дієтологія / Г. А. Анохіна // Енциклопедія Сучасної України [Електронний ресурс] / Редкол.: І. М. Дзюба, А. І. Жуковський, М. Г. Железняк [та ін.] ; НАН України, НТШ. – К. : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2007. – Режим доступу:

<https://esu.com.ua/article-26443>

2001-2024 © Ця енциклопедична стаття захищена авторським правом згідно з чинним законодавством України ([докладніше](#)).