На правах рукописи

БУЦКАЯ ТАТЬЯНА ВИКТОРОВНА

ОПТИМИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ КОРМЯЩИХ ЖЕНЩИН В КОМПЛЕКСЕ МЕР ПО ПОДДЕРЖКЕ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

3.1.21. Педиатрия

3.2.3. Общественное здоровье,
организация и социология здравоохранения,
медико-социальная экспертиза

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание учёной степени
кандидата медицинских наук

Москва
2024

Работа выполнена в федеральном государственном автономном учреждении «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Министерства здравоохранения Российской Федерации

Научные руководители: **Макарова Светлана Геннадиевна**
доктор медицинских наук, доцент
доктор медицинских наук, профессор **Фисенко Андрей Петрович**

Официальные оппоненты:
доктор медицинских наук, профессор,
главный научный сотрудник
первого отделения патологии новорожденных
и недоношенных детей
федерального государственного бюджетного
учреждения «Национальный медицинский
исследовательский центр акушерства, гинекологии
и перинатологии имени академика В.И. Кулакова
Министерства здравоохранения
Российской Федерации **Байбарина Елена Николаевна**

доктор медицинских наук, профессор,
главный научный сотрудник
федерального государственного бюджетного
научного учреждения «Национальный
научно-исследовательский институт
общественного здоровья
имени Н.А. Семашко» **Мингазова Эльмира Нурисламовна**

Ведущая организация: федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Российская медицинская академия непрерывного профессионального образования» Министерства здравоохранения Российской Федерации

Защита диссертации состоится «_____» «_____» 2025 года в «_____» часов на заседании диссертационного совета 21.1.026.01 при ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России по адресу: 119991, Москва, Ломоносовский проспект, 2 стр.1

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России по адресу: 119991, Москва, Ломоносовский проспект, 2 стр.1 и на сайте http://www.nczd.ru

Автореферат разослан «_____» «_____» 2024 года

Учёный секретарь диссертационного совета,
доктор медицинских наук,
профессор РАН **Винярская Ирина Валериевна**

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы исследования и степень ее разработанности

Охрана здоровья матери и ребенка, а также совершенствование акушерско-гинекологической помощи во всем мире остаются приоритетными направлениями в сфере здравоохранения, а показатели здоровья матери и ребенка используются в качестве критериев оценки социально-экономического развития общества.

В первую 1000 дней жизни полноценное питание становится основой правильного роста и развития, формирования всех систем организма (Marshall N.E. et al., 2022; Farias P.M. et al., 2020). В постнатальном периоде важнейшую роль в адекватном обеспечении ребенка питательными веществами играет грудное вскармливание (ГВ), которое обеспечивает преемственность диады «мать-плод». Неадекватное питание матери в течение беременности и лактационного периода создает риски недостаточного потребления матерью и ребенком пищевых веществ, особенно эссенциальных микронутриентов и сокращения объема и продолжительности лактации (Гмошинская М.В. с соавт., 2008; Лукоянова О.Л. с соавт., 2015, Коденцова В.М. с соавт., 2021).

В настоящее время в Российской Федерации действует несколько руководств, методических и клинических рекомендаций, предназначенных для использования в практике врачами различных специальностей и разработанных всероссийскими сообществами и организациями, задающими определенные стандарты качества оказания медицинской помощи на этапах беременности и кормления грудью, подготовленные акушерами-гинекологами, нутрициологами, педиатрами, в том числе - методические рекомендации «Программа оптимизации вскармливания детей первого года жизни в РФ», 2019г.. В то же время проведенные как в России, так и за рубежом исследования демонстрируют, что и питание женщин детородного возраста не соответствует представлениям о правильном питании и этим рекомендациям (Карамнова Н.С. с соавт., 2022; Батурин А.К. с соавт., 2020; Sidnell A. et al., 2020; Конь И.Я. с соавт., 2016). Наличие разрывов между стратегическими рекомендациями и их успешным выполнением можно отнести на счет целого ряда барьеров, включающих перегруженность специалистов в области здравоохранения; недостаток ресурсов; несогласованность информации, предоставляемой различными медицинскими службами и др. (Здоровое питание матери: лучшее начало жизни, Европейское региональное бюро ВОЗ. 2016). В России не проводилось масштабных комплексных исследований, позволивших детально изучить проблему в целом: информированность женщин в вопросах ГВ и питания в период кормления грудью, влияние информированности на продолжительность ГВ. Также отсутствуют исследования по изучению основных источников информации для женщин в вопросах питания в период лактации.

Таким образом, актуальной является разработка методических подходов, направленных на персонализированную оптимизацию питания женщины на всех этапах: от планирования зачатия и периода беременности до послеродового периода и всего периода ГВ. Такие меры должны способствовать повышению продолжительности лактации, улучшению психоэмоционального и физического состояния матери и ребенка, и, в конечном итоге, – улучшению их качества жизни и здоровья в целом.

Цель исследования:

разработать современные методические подходы к улучшению информированности и оптимизации питания женщин в комплексе мероприятий по организации грудного вскармливания.

Задачи

1. Изучить информированность женщин детородного возраста в вопросах преимуществ и организации грудного вскармливания, основные источники информации, влияние информированности женщин и других факторов на продолжительность грудного вскармливания.

2. Оценить знания женщин детородного возраста в вопросах питания в период кормления грудью, основные источники информации, использованные женщинами, и выявить наиболее актуальные для женщин вопросы и пробелы в информированности.

3. Провести анализ актуальных профессиональных рекомендаций по питанию женщин в период беременности и кормления грудью в доступной медицинской профессиональной литературе и на их основе актуализировать рекомендации по питанию женщин в период кормления грудью.

4. Оценить эффективность использования электронной версии рекомендации по питанию женщин в период кормления грудью в комплексе мер по поддержке грудного вскармливания и качество жизни кормящих матерей.

5. Оценить достаточность мероприятий по консультированию беременных и кормящих женщин в вопросах поддержки грудного вскармливания и разработать организационно-методические мероприятия по поддержке грудного вскармливания в рамках реализации федерального проекта «Открытый роддом».

6. Изучить взаимосвязь между питанием кормящих женщин и проявлениями функциональных нарушений органов пищеварения и пищевой аллергии у детей и оценить эффективность использования разработанных рекомендаций по питанию кормящих женщин в комплексном ведении детей с функциональными нарушениями органов пищеварения и детей с аллергией на белки коровьего молока.

Научная новизна

Впервые в России проведено широкомасштабное исследование информированности женщин детородного возраста в вопросах питания в период кормления грудью, которое позволило дать разностороннюю характеристику проблеме. Продемонстрировано, что информированность в вопросах преимущества грудного вскармливания положительно влияет на его продолжительность. Показано, что женщины не имеют достаточного прямого доступа к достоверным информационным источникам в вопросах питания в период кормления грудью – основными источниками информации являются немедицинские интернет-ресурсы – в 31-60%. 86,7 % респондентов занимались поиском информации в сети интернет, 51,1% считают полученную информацию недостаточной. Не более 30% женщин получили эту информацию от врачей. Более высокий уровень доверия педиатрам демонстрируют более опытные матери ($p < 0{,}001$). Сопоставление ответов женщин по вопросам питания в период кормления грудью с существующими методическими и клиническими рекомендациями показало, что представления женщин репродуктивного возраста лишь отчасти соответствуют этим современным научным представлениям.

Впервые на основе широкого анкетирования женщин детородного возраста Российской Федерации были выявлены наиболее актуальные для них вопросы по питанию в период кормления грудью и сформированы информационные материалы, ориентированные на женщин, но базирующиеся на современных согласительных документах и руководствах. На дальнейших этапах исследования продемонстрирована эффективность разработанных рекомендаций в комплексе мер по поддержке лактации и продвижению грудного вскармливания. Доказано, что использование электронной интерактивной версии рекомендаций по питанию кормящих женщин в комплексе мер поддержки грудного

вскармливания повышает долю высокой информированности женщин в вопросах питания с 38,7% до 86,7%, в 82,9% случаев позволяет скорректировать рацион женщин, а в 81,2% – расширить его. В 96,7% случаев удалось сохранить грудное вскармливание.

С учетом выявленной недостаточности информированности женщин в вопросах грудного вскармливания разработаны организационно-методические мероприятия по поддержке грудного вскармливания, которые включены в обновленную форму проекта «Открытый роддом», апробированы на региональном уровне, способствуют повышению информированности женщин и медицинских работников в вопросах организации грудного вскармливания и питания женщины в период кормления грудью.

Впервые проведен анализ рационов кормящих женщин в сопоставлении с наличием гастроинтестинальных и кожных аллергических симптомов у младенцев, что позволило выявить неоправданное ограничение или исключение продуктов у 58,8% матерей детей с функциональными расстройствами органов пищеварения и у 75,0% матерей детей с пищевой аллергией. Впервые показано, что коррекция рациона матери после уточнения формы пищевой гиперчувствительности у ребенка в сочетании с использованием при консультировании печатной версии рекомендаций по питанию не только позволяет купировать симптомы у детей, но и повышает приверженность грудному вскармливанию и уровень высокой осведомленности женщин по вопросам питания с 14,7% до 98,7%.

Теоретическая и практическая значимость

Проведенное исследование выявило низкий уровень информированности женщин детородного возраста в вопросах грудного вскармливания и дефицит качественных источников информации, особенно в отношении организации питания в период кормления грудью.

На основании двух масштабных анкетирований установлено, что наименьшая продолжительность грудного вскармливания отмечается в возрастной группе матерей младше 25 лет. Эти же женщины, как и матери с первым ребенком, статистически значимо чаще получают информацию о грудном вскармливании и питании в период кормления грудью не от врачей, а из немедицинских интернет-источников ($p<0,001$).

Показано наличие прямой корреляции между фактической и запланированной продолжительностью грудного вскармливания ($R = 0,46$, $p < 0,01$), что подчеркивает необходимость более активно проводить работу по поддержке грудного вскармливания, в том числе разъяснительную работу о преимуществах грудного вскармливания для ребенка и матери. Это особенно важно осуществлять среди молодых матерей и женщин с первым ребенком, продолжительность грудного вскармливания у которых оказалась ниже, чем в других группах, а потребность в профессиональной информации выше.

Проведенный на основании анкетирования большой группы женщин детородного возраста из разных регионов России анализ их знаний о питании в период кормления грудью, показал, что не более 30% женщин получили эту информацию от врачей: врача акушера-гинеколога в женской консультации (5,83-12,5%), врача акушера-гинеколога в родильном доме (9,35-15,69%), врача-неонатолога в родильном доме (11,63-22,55%) и врача-педиатра в детской поликлинике (14,71-26,17%). Наиболее часто женщины находят информацию в немедицинских интернет-источниках, что отражается на качестве знаний – выявлено большое количество заблуждений у женщин, в основном в отношении необходимости ограничения рациона.

По результатам масштабного анкетирования выявлены наиболее актуальные вопросы для женщин о питании в период кормления грудью, при этом большинство женщин отметили, что предпочли бы электронную версию в Интернете (78,5%) как наиболее удобный

источник информации. Бумажный носитель выбрали 42,4%, а 36,1% всех опрошенных предпочли бы иметь и бумажный носитель, и электронный вариант рекомендаций. Для повышения информированности женщин в отношении питания в период кормления грудью целесообразно наряду с бумажными носителями использовать электронные ресурсы как наиболее востребованный источник информации.

Показано, что разработанные на основании полученной информации электронная интерактивная версия рекомендаций и рекомендации на бумажном носителе являются эффективной мерой в комплексе мероприятий по организации и поддержке грудного вскармливания. Использование электронной интерактивной версии рекомендаций по питанию кормящих женщин со здоровыми детьми 1-4 месяцев жизни повышает долю высокой информированности женщин в вопросах питания с 38,7% до 86,7%, более чем в 80% случаев позволило женщинам скорректировать свой рацион и способствовало сохранению грудного вскармливания.

Электронная форма рекомендаций по питанию кормящих женщин, как наиболее востребованная женщинами, использована в составе информационных материалов при актуализации организационно-методических мероприятий проекта «Открытый роддом», апробирована на региональном уровне более чем в 70 учреждениях родовспоможения и продемонстрировала эффективность в отношении повышения информированности женщин и медицинских работников в вопросах питания женщины в период кормления грудью.

Установлено, что использование при консультировании детей 1-4 месяцев жизни с функциональными расстройствами органов пищеварения и пищевой аллергией, находящихся на грудном вскармливании, печатной версии рекомендаций по питанию повышает приверженность грудному вскармливанию и процент женщин с высоким уровнем осведомленности женщин по вопросам питания с 14,7% до 98,7%.

Разработанные на основании профессиональной медицинской информации и действующих согласительных документов рекомендации по питанию кормящих женщин необходимо включать в универсальные программы подготовки к родам и школы для беременных, а также использовать при консультировании детей, находящихся на грудном вскармливании и кормящих женщин.

Методология и методы исследования

В рамках диссертационной работы на первом этапе ее выполнения проведены следующие исследования:

- медико-социальное исследование на основе онлайн-анкетирования 875 кормящих женщин для изучения информированности женщин в вопросах грудного вскармливания, получения данных об основных источниках информации и анализа факторов, влияющих на становление лактации и ее продолжительность;
- социологическое исследование на основании онлайн-анкетирования 1275 женщин детородного возраста с целью изучения информированности женщин о питании в период кормления грудью;
- социологическое исследование на основании онлайн-анкетирования 2177 женщин детородного возраста с целью выявления наиболее актуальных для женщин вопросов по питанию в период кормления грудью.

Для каждого анкетирования автором были разработаны соответствующие анкеты, включавшие вопросы, касающиеся медико-социальной характеристики респондентов; вопросы в отношении информированности женщин о грудном вскармливании и питании в период грудного вскармливания и основных источниках информации; вопросы, связанные с

особенностями соблюдения диетических ограничений и реакциями ребенка при изменении питания кормящей матери, и другие вопросы в соответствии с задачами исследования.

Поиск анализируемой литературы осуществляли с использованием поисковых систем РИНЦ, PubMed, Google Scholar, ResearchGate, CyberLeninka по ключевым словам "pregnancy", "nursing mother", "breastfeeding infant", "lactation", "vitamin", "iron", "minerals", deficiency", "supplement", "multivitamin and mineral supplements", также их эквивалентам на русском языке преимущественно за последние 10 лет, за исключением исследований, имеющих принципиальное значение.

Разработка рекомендаций по питанию кормящих женщин проводилась на основании анализа актуальных рекомендаций по питанию кормящих женщин, созданных профессиональными медицинскими сообществами, и результатов проведенного анкетирования женщин.

Для изучения эффективности использования разработанной электронной интерактивной версии рекомендаций в комплексе мер по поддержке лактации проведено наблюдательное исследование с участием 181 пары «мать-ребенок», в которое включались здоровые (согласно медицинской документации) дети на грудном вскармливании в возрасте 1-4 месяцев и их матери. Оценка качества жизни женщин, участвовавших в исследовании, осуществлялась на основании использования краткой версии опросника качества жизни ВОЗ – WHOQOL-BREF.

Для изучения эффективности организационно-методических мероприятий по поддержке грудного вскармливания и внедрения рекомендаций по питанию женщин в систему здравоохранения использовался метод организационного эксперимента и изучение экспертных оценок. Под непосредственным руководством автора исследования был разработан и актуализирован в 2023 году Федеральный проект «Открытый родильный дом» в рамках деятельности, направленной на популяризацию материнства в РФ через внедрение эффективных форм взаимодействия с семьей на этапах подготовки к родительству, родов.

Наблюдательное исследование эффективности использования версии рекомендаций по питанию для женщин в период кормления грудью (на бумажном носителе) в комплексном лечении детей с функциональными расстройствами пищеварения и с пищевой аллергий проведено с участием 75 детей на исключительно грудном вскармливании в возрасте 1-4 месяцев. Для анализа рационов кормящих женщин использовался валидированный частотный вопросник полуколичественной оценки характера питания FFQ (Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire). Для оптимизации сбора анамнеза и выявления детей с симптомами аллергии на белки коровьего молока использовался опросник CoMiss.

Анализ полученных данных осуществляли в соответствии с современными методиками, включающими описательные статистики, оценку статистической значимости, корреляционный анализ. Полученные данные проверялись на соответствие нормальному распределению с помощью критерия Шапиро-Уилка. Для описания мер центральной тенденции указывали средние значения (M), стандартное отклонение (SD), медиану (Me), а также 25 и 75 перцентили. Для оценки различий между группами применяли критерий Манна-Уитни. Для анализа связи между признаками использован метод Спирмена. Учитывали значимые коэффициенты корреляции ($p<0,05$), превышающие +0,20 (положительная связь) или менее -0,20 (отрицательная связь). Для сравнения качественных данных применяли метод хи-квадрат Пирсона. Полученные результаты считали статистически значимыми при $p<0,05$.

Основные положения, выносимые на защиту

1. Имеется существенный разрыв между научными знаниями о преимуществах грудного вскармливания и особенностях питания в период кормления грудью и теми представлениями, которые имеют сами женщины. Это связано как с недостаточной активностью медицинского

персонала в отношении соблюдения принципов продвижения грудного вскармливания, так и с отсутствием ориентированных на женщин рекомендаций по питанию в период кормления, основанных на научных данных и доступных непосредственно женщинам.

2. Информированность в вопросах преимущества грудного вскармливания положительно влияет на его продолжительность. Поэтому необходимо более активно проводить работу по поддержке грудного вскармливания, в том числе разъяснительную работу о преимуществах грудного вскармливания для ребенка и матери, особенно среди молодых матерей и женщин с первым ребенком, продолжительность грудного вскармливания у которых оказалась ниже, чем в других группах, а потребность в профессиональной информации выше.

3. Информацию о вскармливании ребенка женщины получают в основном от медицинских работников, реже - из немедицинских источников, но основными информационными источниками по вопросам питания в период кормления грудью являются немедицинские интернет-ресурсы, и большинство женщин считают полученную информацию недостаточной. В результате представления женщин репродуктивного возраста лишь отчасти соответствуют современным научным знаниям и существующим методическим и клиническим рекомендациям. Неоправданное ограничение или исключение продуктов из рациона отмечается у 58,8% матерей детей с функциональными расстройствами органов пищеварения и у 75,0% матерей детей с пищевой аллергией.

4. Использование электронной версии разработанных рекомендаций по питанию кормящих женщин в комплексе мер поддержки грудного вскармливания здоровых детей и использование этих же рекомендаций на бумажном носителе в рамках консультирования детей с функциональными нарушениями пищеварения и пищевой аллергией не только повышает информированность женщин в вопросах питания в период кормления грудью, но и способствует сохранению грудного вскармливания.

5. Актуализированная форма Федерального проекта «Открытый родильный дом» является доступной и апробированной в условиях регионов моделью для активного внедрения в здравоохранение комплекса организационно-методических мероприятий, направленных на продвижение грудного вскармливания, повышение информированности женщин и медицинских работников в вопросах организации грудного вскармливания, питания женщины в период кормления грудью.

Внедрение результатов исследования в практику

Результаты работы внедрены в клиническую практику Консультативно-диагностического Центра и Отделения патологии новорожденных и детей раннего детского возраста с соматической реабилитацией ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, отделения новорожденных №2 ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр акушерства, гинекологии и перинатологии имени академика В.И. Кулакова» Минздрава России, в лечебный и диагностический процесс ФГБНУ «НИИ акушерства, гинекологии и репродуктологии им. Д.О. Отта» Минздрава России. Электронная версия рекомендаций размещена на официальных сайтах ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, ФГБНУ «НИИ акушерства, гинекологии и репродуктологии им. Д. О. Отта» Минздрава России, внедрена в работу Государственного учреждения здравоохранения Волгоградской области «Родильный дом №4», Государственного бюджетного учреждения Чеченской Республики «Республиканский клинический центр охраны здоровья матери и ребенка имени Аймани Кадыровой»; областного перинатального центра Государственного бюджетного учреждения здравоохранения Нижегородской области

«Городская клиническая больница №40»; Государственного бюджетного учреждения здравоохранения «Городская клиническая больница №52 Департамента здравоохранения Москвы», Государственного бюджетного учреждения здравоохранения Нижегородской области «Арзамасский родильный дом»; Государственного бюджетного учреждения здравоохранения Московской области Балашихинский родильный дом; включены в педагогический процесс кафедры педиатрии и детской ревматологии Клинического института детского здоровья им. Н.Ф.Филатова Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова» Министерства здравоохранения Российской Федерации (Сеченовский Университет).

Степень достоверности и апробация результатов

Высокая степень достоверности результатов диссертационной работы подтверждается выбором оптимального дизайна исследования, соответствующего поставленной цели и задачам на этапе планирования, наличием достаточного количества наблюдений, использованием современных методических подходов и методов исследования. Для интерпретации полученных результатов использованы современные способы обработки информации и статистического анализа.

Апробация результатов

Результаты диссертационной работы были доложены и обсуждены на II Всероссийской научно-практической конференции «Осенние Филатовские чтения – важные вопросы детского здоровья» (24-25 сентября 2020г, г. Москва – «Питание кормящей женщины в вопросах и ответах»), VI московском городском съезде педиатров с межрегиональным и международным участием «Трудный диагноз в педиатрии» (13-15 октября 2020г, г. Москва – «Питание женщины в период лактации. Вопросы и ответы»), 6-м Всемирном Конгрессе Детских Гастроэнтерологов, Гепатологов и Нутрициологов (6th World Congress of Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (Австрия, Вена, 2021), XV Всероссийском образовательном конгрессе «Анестезия и реанимация в акушерстве и неонатологии» (23-25 ноября 2022 года, г. Москва – «Результаты анкетирования кормящих женщин в Российской Федерации»), IV Всероссийской научно-практической конференции «Осенние Филатовские чтения – важные вопросы детского здоровья» (8-9 сентября 2022, г. Смоленск – «Грудное вскармливание в Российской Федерации: результаты анкетирования кормящих матерей – Национальная программа по поддержке грудного вскармливания»), V Всероссийской научно-практической конференции «Осенние Филатовские чтения – Важные вопросы детского здоровья» (14-15 сентября 2023, г. Владимир – «Законодательное регулирование демографии в России»).

Публикации по теме диссертации

По теме диссертации опубликовано 16 работ, включая 11 статей в рецензируемых журналах, рекомендованных ВАК Минобрнауки РФ для публикации результатов диссертационных исследований. Из них 3 публикации в журналах, рецензируемых в Scopus.

Личный вклад автора

Личный вклад автора состоит в непосредственном участии на всех этапах работы, включая самостоятельную разработку дизайна исследования, подготовку обзора литературы по теме диссертации, формулировку цели и задач исследования, разработку авторских опросников для проведения анкетирования, организацию анкетирования женщин, обработку

медицинской документации детей, включенных в исследование, формирование базы данных, статистический анализ полученных результатов, организация формирования информационной базы для беременных и кормящих женщин и внедрение ее в клиническую практику, на основании чего были сформулированы основные положения диссертационного исследования, выводы и практические рекомендации, подготовлены публикации.

Объем и структура диссертации

Общий объем работы составляет 170 страниц машинописного текста. Диссертация состоит из введения, 6 глав, заключения, выводов, практических рекомендаций и списка литературы. Работа иллюстрирована 25 таблицами, 18 рисунками. Библиографический указатель содержит 215 источников, включающих 77 отечественных и 138 зарубежных авторов, 6 приложений.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В соответствии с дизайном, диссертационное исследование было проведено в 4 этапа. На первом этапе работы (рис.1) осуществлены: онлайн-анкетирование женщин для выявления и анализа факторов, влияющих на становление лактации и ее продолжительности (n=875); онлайн-анкетирование женщин с целью изучения информированности женщин детородного возраста о питании в период кормления грудью (n=1275); онлайн-анкетирование женщин с целью выявления наиболее актуальных для женщин вопросов по питанию в период кормления грудью и наиболее частых пробелов в их информированности (n=2177); анализ актуальных рекомендаций по питанию кормящих женщин.

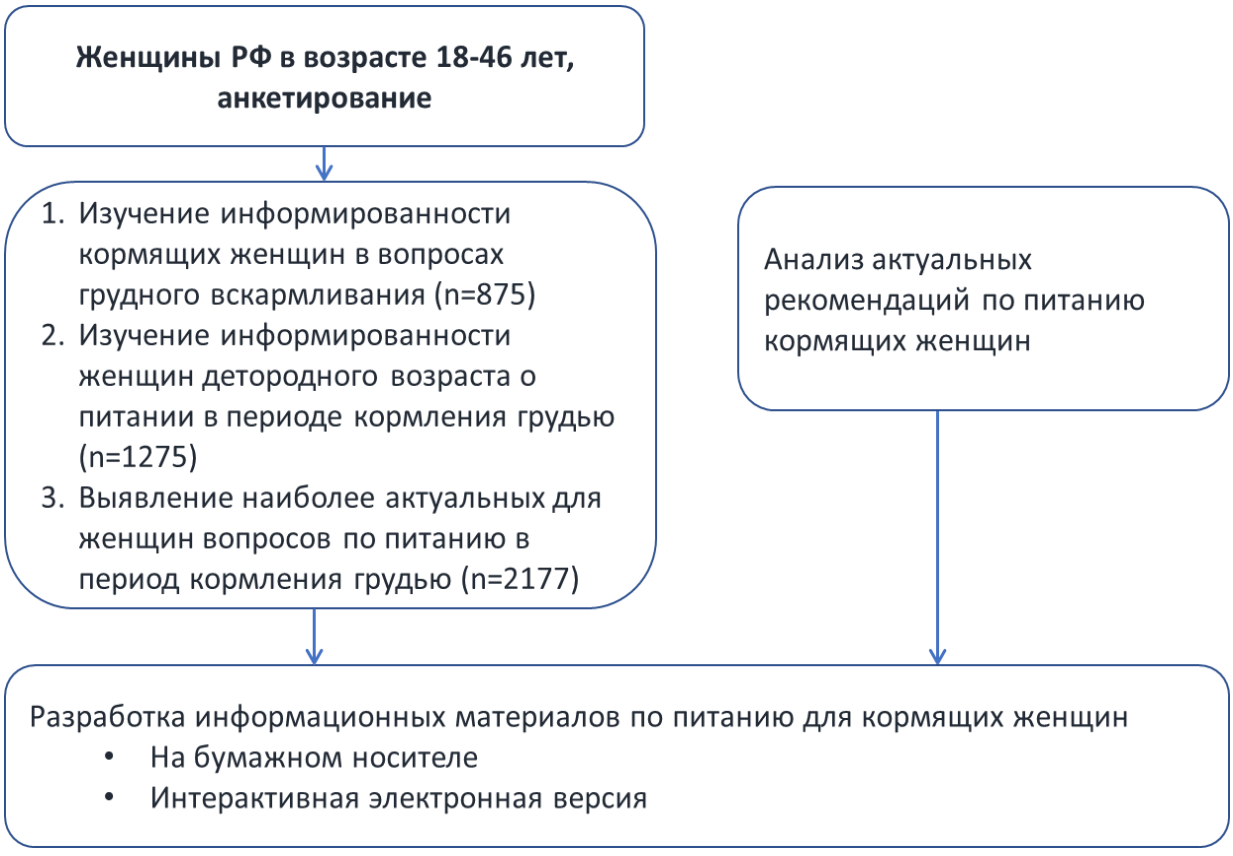


Рисунок 1. Дизайн исследования (1-й этап).

Анализ действующих рекомендаций по питанию и нутритивной поддержке женщин в период лактации осуществляли с использованием поисковых систем РИНЦ, PubMed, Google Scholar, ResearchGate, CyberLeninka по ключевым словам "pregnancy", "nursing mother", "breastfeeding infant", "lactation", "vitamin", "iron", "minerals", deficiency", "supplement", "multivitamin and mineral supplements", а также их эквивалентам на русском языке преимущественно за последние 10 лет, за исключением исследований, имеющих принципиальное значение.

На втором этапе (рис. 2) проведена оценка эффективности комплекса мер по поддержке лактации, включавшего использование электронной версии рекомендаций по питанию для женщин и специализированного продукта для кормящих женщин(n=181).

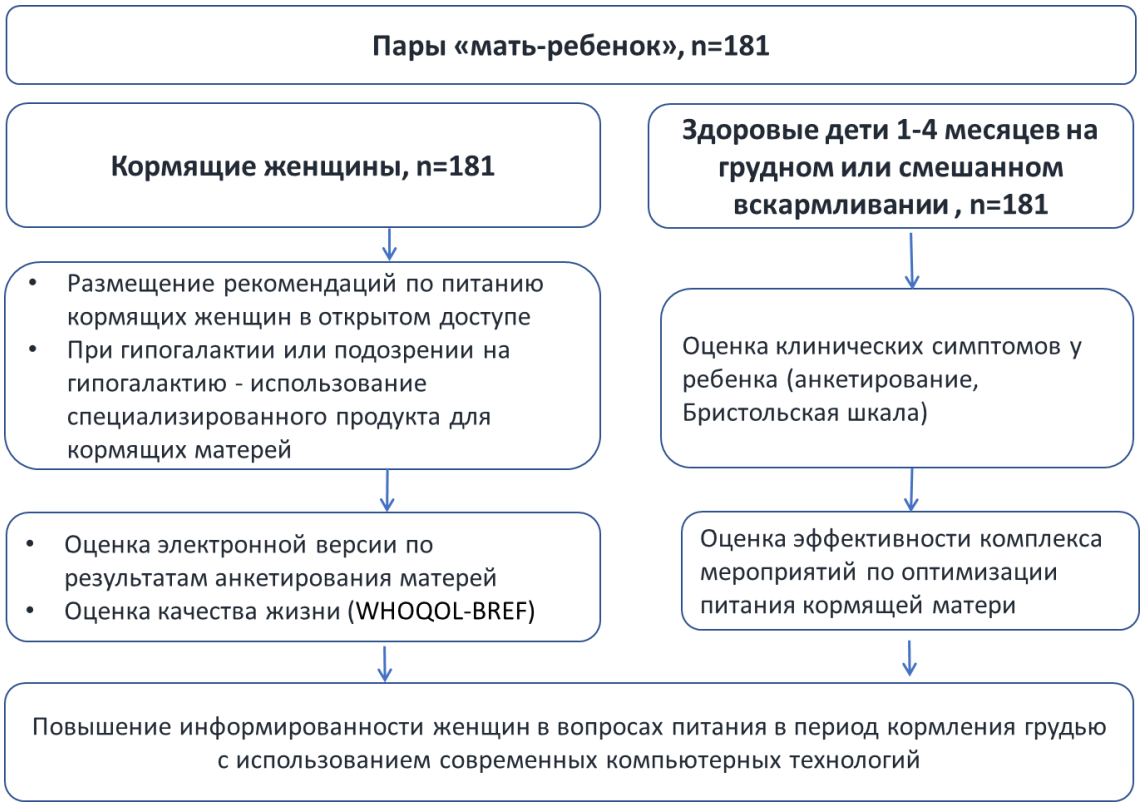


Рисунок 2. Дизайн исследования (2-й этап).

Анкеты разработаны автором на основании анализа литературы и предыдущего опыта работы с кормящими женщинами. Оценка качества жизни женщин проводилась с использованием краткой версии опросника качества жизни ВОЗ – WHOQOL-BREF.

Третьим этапом (рис.3) стало наблюдательное исследование эффективности использования версии рекомендаций по питанию для женщин в период кормления грудью (на бумажном носителе) при консультировании детей с функциональными расстройствами пищеварения (ФРОП) и с пищевой аллергий (ПА) (n=75).

Общеклинические методы включали сбора анамнеза, клинический осмотр ребенка с антропометрией, при необходимости назначалось дополнительное обследование. Для оптимизации сбора анамнеза и выявления детей с симптомами аллергии на белки коровьего молока использовался опросник CoMiss (Vandenplas Y et al., 2022; Bajerova K et al., 2022). Пищевая аллергия устанавливалась согласно клиническим рекомендациям по оказанию медицинской помощи детям с пищевой аллергией на основании анамнеза, диагностической элиминационной диеты и диагностического введения продукта.

Оценка рационов кормящих женщин проводилась частотным методом. Использовался валидированный частотный вопросник полуколичественной оценки характера питания FFQ (Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire) (Карамнова Н.С. с соавт., 2020). В комплексе мер по поддержке лактации при наличии гиполактазии использовался специализированный продукт для кормящих женщин отечественного производства NutriMa Лактамил (Экспертное заключение ФГБУ НИИ питания РАМН No72/Э-1397/и-12 от 02.08.2012 г. Свидетельство о государственной регистрации № RU.77.99.19.005.E.013513.09.12.)

Статистическая обработка результатов проводилась с помощью пакета программ IBM SPSS Statistics 26. Размер выборки предварительно не рассчитывался. Полученные данные проверялись на соответствие нормальному распределению с помощью критерия Шапиро-Уилка. Для описания мер центральной тенденции указывали средние значения (M), стандартное отклонение (SD), медиану (Me), а также 25 и 75 перцентиля. Для оценки различий между группами применяли критерий Манна-Уитни. Для анализа связи между признаками использован метод Спирмена. Учитывали значимые коэффициенты корреляции ($p<0,05$), превышающие +0,20 (положительная связь) или менее -0,20 (отрицательная связь). Для сравнения качественных данных применяли метод хи-квадрата Пирсона. Полученные результаты считали статистически значимыми при $p<0,05$.

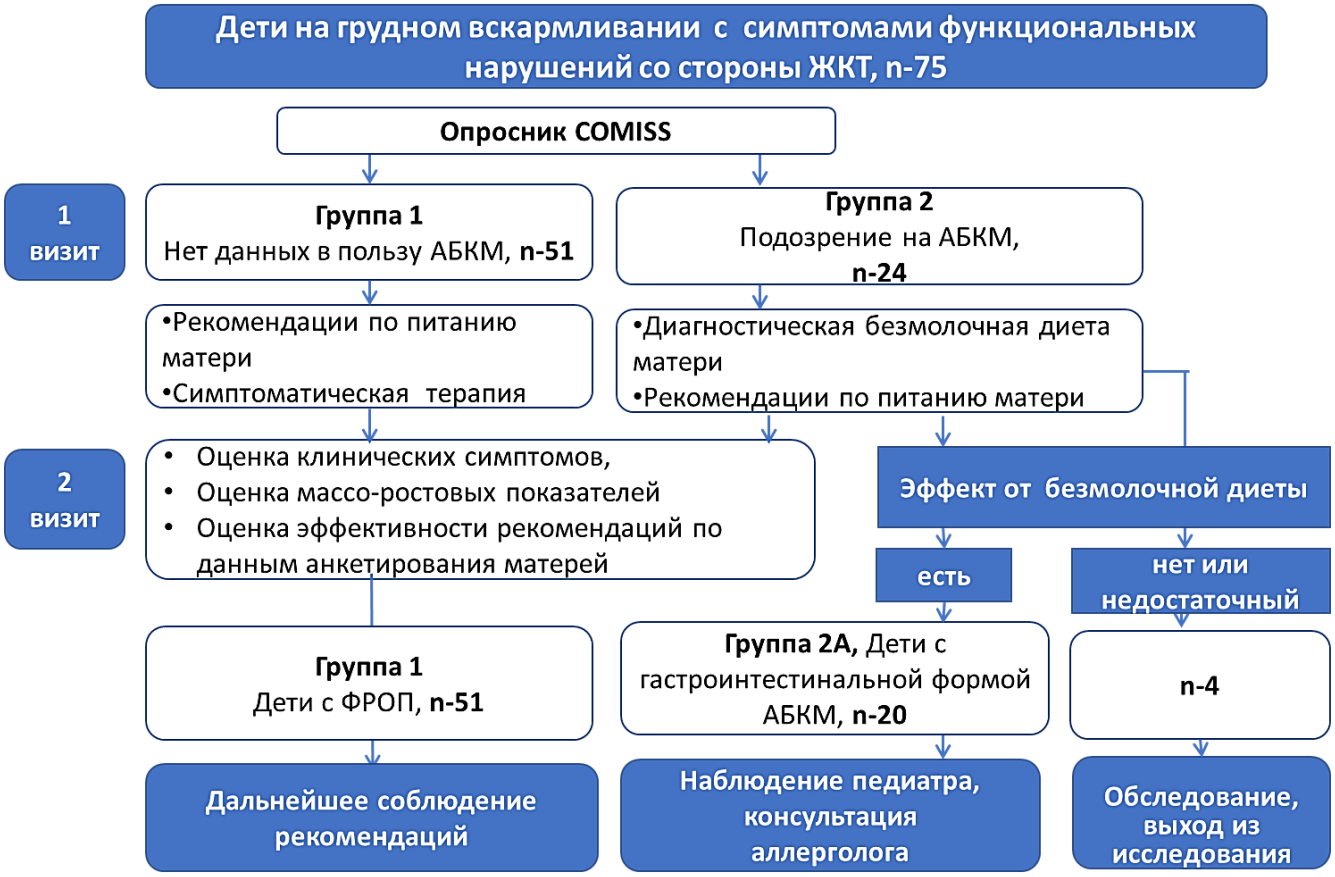


Рисунок 3. Дизайн исследования (3-й этап).

Метод организационного эксперимента и изучение экспертных оценок. 4 этап – реализация проекта «Открытый роддом» с использованием **метода организационного эксперимента**. Проект разработан совместно с автономной некоммерческой организацией Экспертно-просветительский центр помощи будущим и состоявшимся родителям «Выбор родителей» в рамках деятельности, направленной на популяризацию материнства в РФ через

внедрение эффективных форм взаимодействия с семьей на этапах подготовки к родительству, родам. С 2023 года на основании анализа отзывов целевой группы и анализа экспертных оценок по инициативе авторов, Экспертно-просветительский центр помощи будущим и состоявшимся родителям «Выбор родителей» под руководством автора настоящего исследования инициировал актуализацию проекта «Открытый родильный дом», в том числе в информационные материалы для родителей включены разработанные рекомендации по питанию кормящих женщин.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анкетирование женщин детородного возраста на первом этапе проведено в рамках выборочных медико-социальных и социологических исследований на основании добровольно заполненных онлайн анкет женщинами в возрасте от 18 до 46 лет, проживающими в 8 федеральных округах. При анализе факторов, влияющих на продолжительность ГВ выявлено наличие прямой корреляции между продолжительностью ГВ и запланированным сроком лактации ($R = 0,46$, $p < 0,01$), что еще раз подчеркивает важность подготовки к лактации и «установки» на ГВ. Доля женщин, правильно ответивших на 2 и более вопросов в отношении преимуществ ГВ, составляла не более 41,6%. Правильные ответы коррелировали между собой ($R = 0,20$, $p < 0,01$). Женщины с высшим образованием демонстрировали более высокую информированность в вопросах преимуществ ГВ и чаще женщины принимали витаминно-минеральные комплексы (ВМК) во время кормления грудью ($R = 0,21$, $p < 0,01$).

Анализ источников информации по вопросам ГВ, которые были доступны женщинам, показал, что большую часть информации о вскармливании ребенка женщины получали от медицинских работников, в том числе в женских консультациях (рис. 4) - в 67,4% случаев, по вопросам питания ребенка в 50,5% случаев. Однако весомую часть информации матери черпали из сети Интернет. Большинство женщин считали, что в период кормления грудью важно придерживаться определенных диетологических рекомендаций. Но в среднем не более 30% женщин получили информацию о питании в период ГВ от врачей (рис.5).

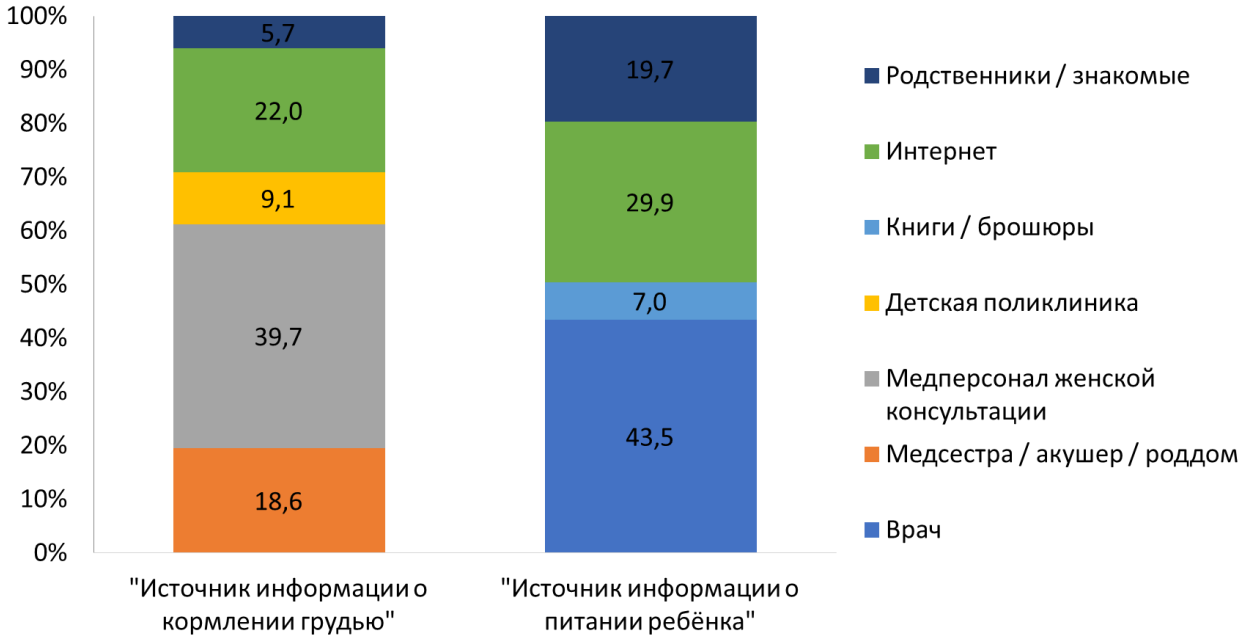


Рисунок 4. Источники информации по организации грудного вскармливания на основании ответов женщин на вопросы анкеты

Результаты исследования продемонстрировали, что должна быть значительно усилена информационно-разъяснительная работа как с женщинами, так и с медицинскими работниками. Особенно это относится к консультированию молодых матерей с первым ребенком у которых продолжительность ГВ у оказалась значимо ниже (p < 0,001) (табл.1), а востребованность профессиональной информации по ГВ – выше.

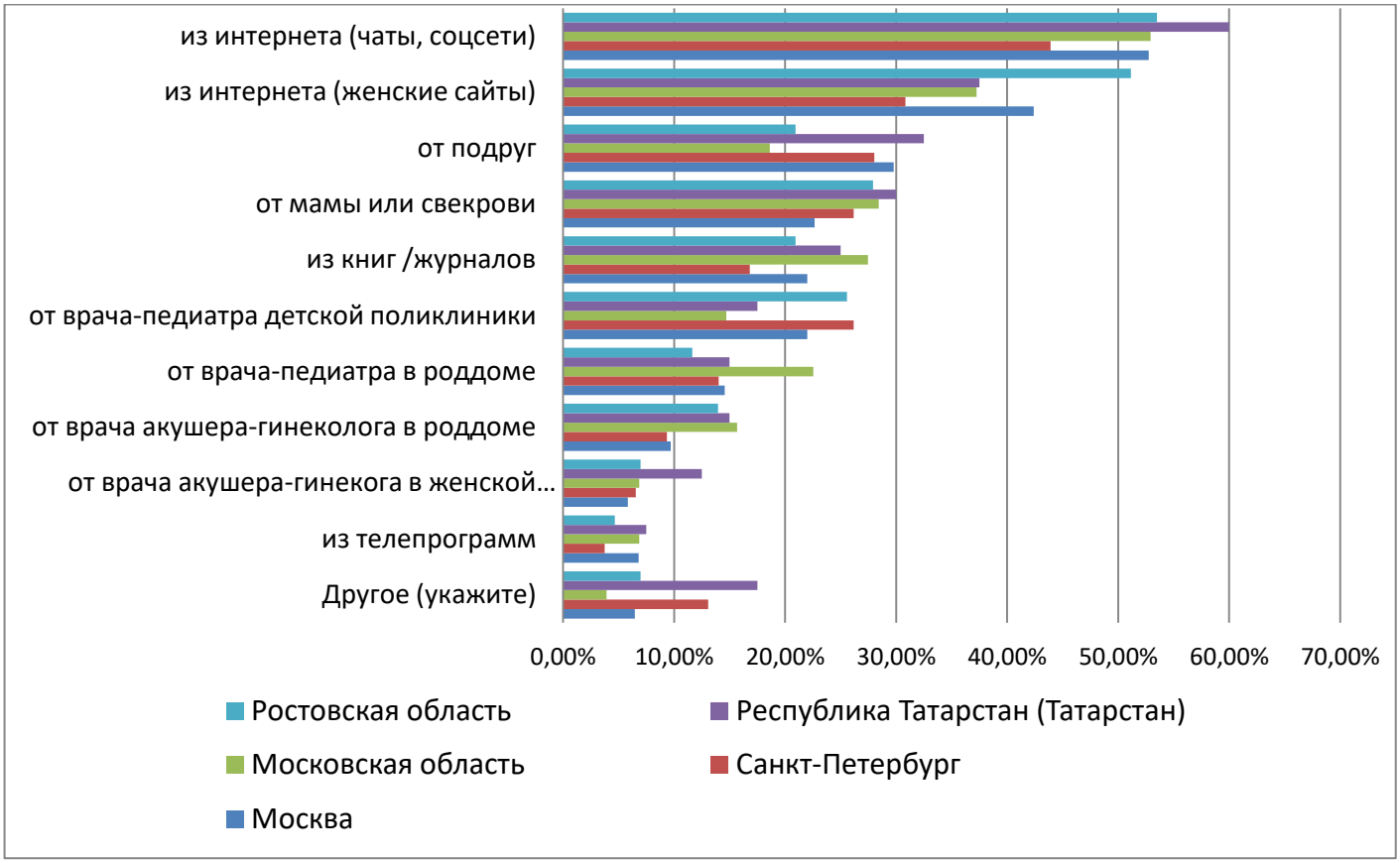


Рисунок 5. Основные источники информации о питании кормящей матери в анкетированной группе (n-1275)

Таблица 1. Продолжительность грудного вскармливания в разных возрастных группах

Продолжительность ГВ, мес.	**В целом по выборке, мес.**	**В возрастных группах**			**p^{*1-2}**	**p^{**1-3}**	**p^{***2-3}**
		1(n=109)	**2(n=623)**	**3 (n=89)**			
Min-Max	1-48	1-24	1-48	1-45			
Me (25; 75)	12 (6; 20)	6 (2; 12)	12 (6; 22)	12(7; 24)	<0.001	<0.001	0.13

Матери со вторым ребенком чаще получали информацию о питании в период кормления грудью от врачей (p<0,001), матери с первым ребенком - из интернета (p<0,001), не медицинских книг /журналов (p=0,006), от родственников, подруг (p<0,001). 86,7 % женщин искали эту информацию в сети интернет и 51,1% респондентов считают ее недостаточной. Анализ перечня продуктов, которые респонденты отметили, как «запрещенные» и «разрешенные» в период ГВ, выявил неправильные представления о «диете для кормящих матерей» независимо от источника информации.

По мнению женщин, наиболее часто дети реагировали на такие изменения в их питании, как включение в рацион большого количества молока и молочных продуктов (25,6%), сладких блюд (22,73%), мучного (17,02%) (рис. 6).

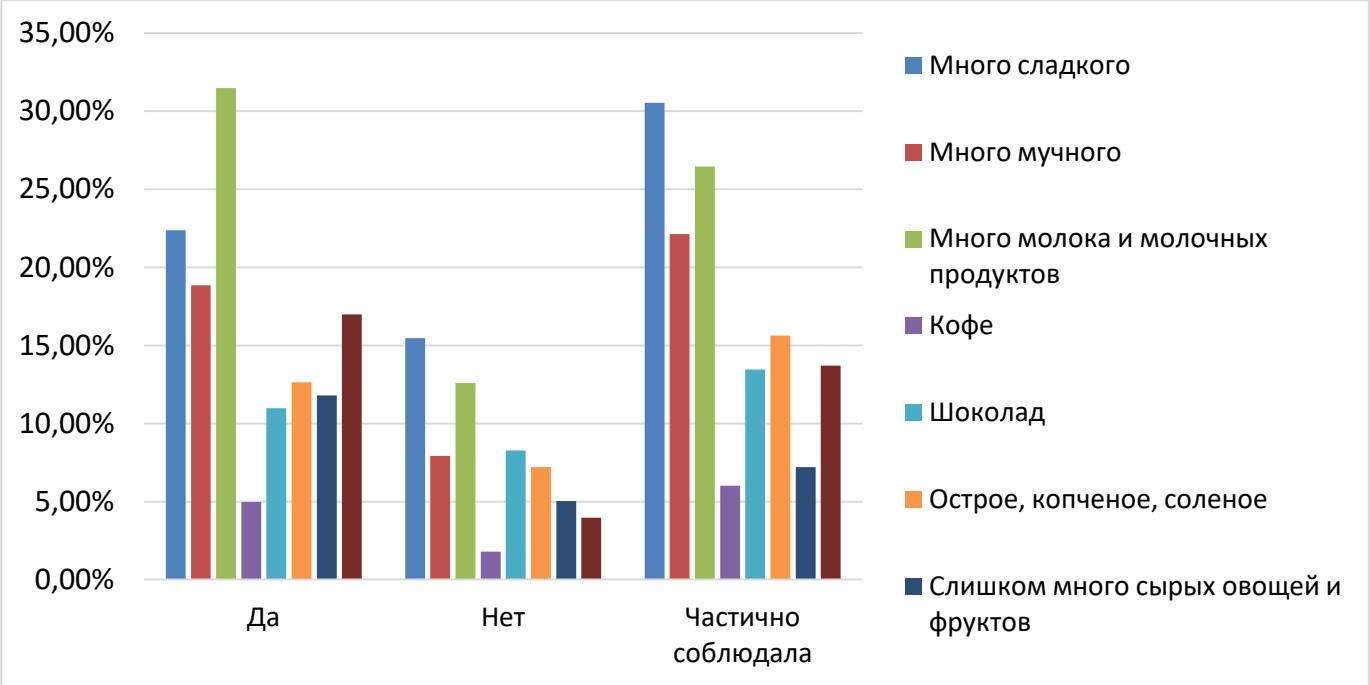


Рисунок 6. Анализ ответов на вопрос: «Как вы считаете, на какие нарушения в вашем питании реагировал ребенок?» среди матерей соблюдавших, не соблюдавших и частично соблюдавших диету

Наиболее часто отмечались такие проявления у ребенка, как метеоризм (44,47% опрошенных), аллергические реакции (39,75%), колики (36,89%), реже - запор, срыгивания, жидкий стул, нарушение сна и др. (рис.7). Выявлена положительная корреляция между ответами о наличии аллергических реакций у ребенка и соблюдением матерью диеты ($R = 0,25$, $p < 0,01$), при этом продолжительность ГВ не отличалась у матерей, соблюдавших и не соблюдавших диетические рекомендации.

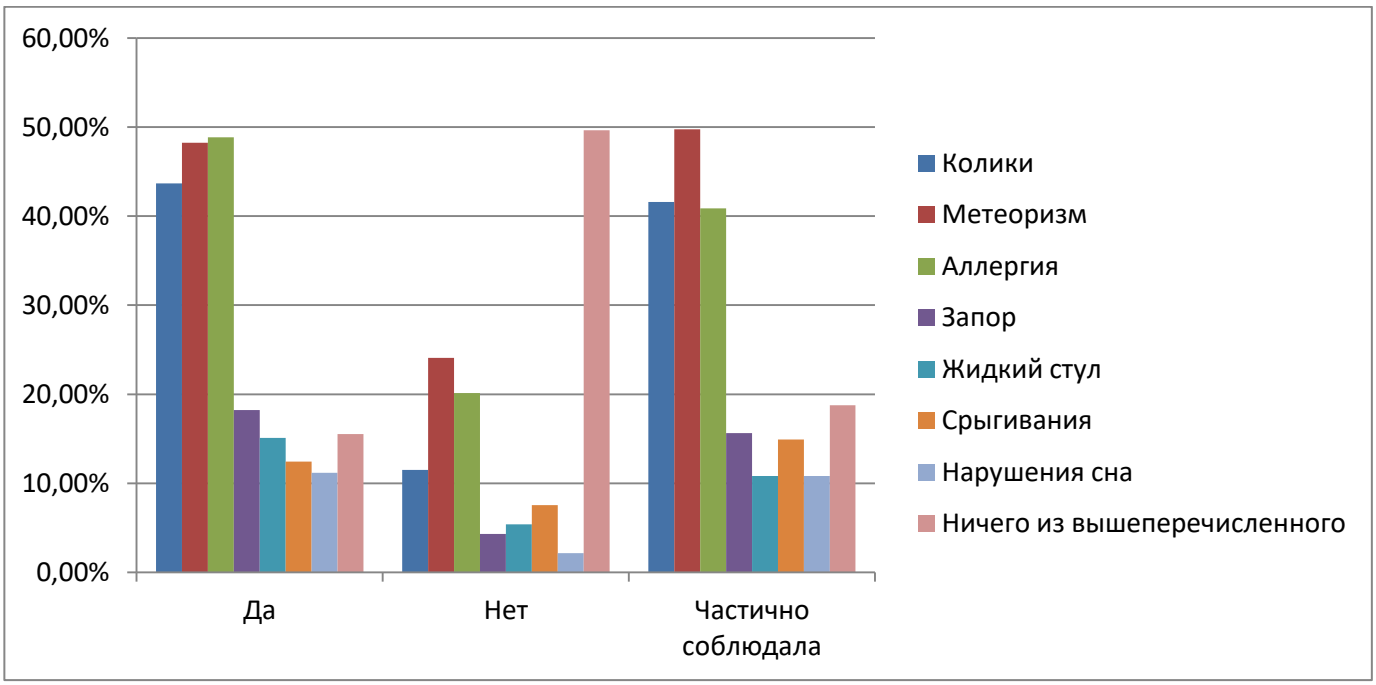


Рисунок 7. Анализ положительных ответов на вопрос: «Замечали ли вы следующие реакции у ребенка при изменении вашего питания?» среди матерей, соблюдавших и не соблюдавших диетические рекомендации.

В результате опроса 2177 женщин были выделены 25 вопросов, заданных женщинами с частотой более 20%. Большинство женщин предпочли иметь электронную версию (78,5%) рекомендаций.

Анализ действующих рекомендаций по питанию во время беременности и кормления грудью. В настоящее время в Российской Федерации одновременно действует несколько методических и клинических рекомендаций, разработанных всероссийскими сообществами и организациями, задающими определенные стандарты качества оказания медицинской помощи, также несколько программ и руководств, а также учебных пособий для студентов и аспирантов вузов, в которых даны рекомендации по питанию женщин в период беременности и кормления грудью. Все перечисленные документы разработаны сообществами нутрициологов, педиатров и акушеров-гинекологов, носят информационно-методический характер и предназначены для использования в практике врачами различных специальностей.

В анализ были включены несколько отечественных руководств: «Программа оптимизации вскармливания детей первого года жизни в Российской Федерации», методические рекомендации, 2019г.; «Организация наблюдения за беременными женщинами, роженицами и кормящими матерями с целью обеспечения полноценного грудного вскармливания детей», методические рекомендации, 2016г.; «О применении специализированных диетических лечебных и диетических профилактических продуктов питания витаминно-минеральных комплексов (ВМК)», методические рекомендации, 2019г.; «Нутрициология и клиническая диетология: национальное руководство», 2021г.; «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации», методические рекомендации, 2021г.; Клинические рекомендации МЗ РФ «Нормальная беременность»; рекомендации FIGO (Federation of Gynecology and Obstetrics – Международная федерация гинекологии и акушерства), 2019 г. и др.. Несмотря на то, что в целом отечественные документы носят согласованный характер, рекомендации, касающиеся применения витаминов и минеральных веществ в питании беременных носят не однозначный характер. Все методические рекомендации и практические руководства нутрициологов, в отличие от рекомендации акушеров-гинекологов, указывают на необходимость приема беременными и кормящими женщинами многокомпонентных ВМК, что согласуется с позицией FIGO.

Проведенное исследование выявило необходимость гармонизации между собой профессиональных рекомендаций - актуальная научная информация в отношении важности микронутриентной обеспеченности женщин в период беременности и кормления грудью должна быть включена как в новые отечественные согласительные документы, так и в информационные материалы, предназначенные для самих женщин.

На основе профессиональных согласительных документов и с учетом результатов анкетирования были созданы рекомендации по питанию женщин в период кормления грудью (https://nczd.ru/wp-content/uploads/2023/08/razgovor-praviln-pitanie-2020.pdf), и на следующих этапах работы была проведена оценка эффективности их применения в комплексе мер поддержки грудного вскармливания.

В **исследование эффективности комплекса мер по поддержке лактации, включавшего использование электронной версии рекомендаций по питанию для женщин в периоде кормления грудью и специализированного продукта для кормящих женщин** были включены 181 пара «мать-ребенок». Критериями включения были наличие ГВ, возраст ребенка не менее 28 дней, согласие принять участие в исследовании, отсутствие органической патологии у ребенка согласно данным медицинской документации. Возраст матерей на момент включения в исследование в среднем составил 32 года, возраст детей – 2

месяца (табл. 2). Подозрение на гипогалактию имело место в 56 случаях (30,9%), гипогалактия - в 11 случаях (6,1%), в этих случаях женщинам был рекомендован специализированный продукт для кормящих женщин.

Таблица 2. Характеристика диад «мать-ребенок» на момент включения в исследование

Параметр	**Min-max**	**M±SD**	**Me (25;75)**
Возраст матерей, лет	21-42	31,7±4,5	32 (29; 34)
Возраст детей, дней	28-120	57,3±35,5	60 (30; 90)
Показатели массы тела детей на момент включения в исследование, г	1445-8300	5062±1211	5000 (4130; 5800)

При повторном анкетировании через 30 дней сохранить ГВ удалось в 96,7% случаев, рот этом отмечались соответствующие возрасту прибавки массы тела детей. 96,1% респондентов оценили рекомендации по питанию как полезные и эффективные, а число женщин, высоко оценивающих свой уровень знаний по питанию в период лактации (на 4-5 баллов), выросло с 38,7% до 86,7%; в 82,9% случаев женщины сумели успешно скорректировать рацион, а в 81,2% случаев – расширить его. Оценка качества жизни женщин показала значимую положительную динамику в отношении показателя «Физическое и психологическое благополучие» у всех участниц исследования в целом (p=0,020) и у женщин с гипогалакией (p=0,004) (табл.3). Следует также отметить эффективность использования специализированного продукта для кормящих женщин и отсутствие нежелательных явлений, связанных с приемом продукта. 94% женщин положительно оценили вкус продукта и продолжили применять его после завершения исследования.

Таблица 3. Оценка качества жизни матерей в группе В в 1-й и 30-й дни исследования

Показатель	**1-й день**			**30-й день**			**p**
	Min-max	**M±SD**	**Me (25;75)**	**Min-max**	**M±SD**	**Me (25;75)**	
Качество жизни	3-4	3,8±0,4	4 (4;4)	2-4	3,7±0,6	4 (4;4)	0,7
Физическое и психологическое благополучие	19-28	23,2±2,9	23 (21;25)	22-34	26,3±3,4	25 (24;28)	**0,004**

Исследование эффективности рекомендации по питанию кормящих женщин в комплексном лечении детей с функциональными расстройствами пищеварения (ФРОП) и с пищевой аллергий (ПА) проведено на базе центра профилактической педиатрии и консультативно-диагностического центра ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» МЗ РФ. В исследование были включены 75 пар «мать-ребенок», обратившихся к педиатру по поводу различных симптомов ФРОП у детей. Критериями включения были: возраст ребенка на момент включения исследование от 1 до 4 мес.; отсутствие хронических заболеваний и врожденных пороков развития у ребенка; исключительно ГВ; желание матери следовать предложенным рекомендациям по питанию в период лактации.

В 1-ю группу вошли дети с признаками ФРОП, но без данных за аллергию к белкам коровьего молока (АБКМ) – 51 ребенок (68%), 2-ю группу составили пациенты с подозрением на АБКМ – 24 ребенка (32%), у которых по результатам опросника CoMiss, анализа анамнестических данных и клинического осмотра были данные за АБКМ (табл. 4).

Детям 2 группы с явным положительным эффектом от диагностической безмолочной диеты матери (n=20) на 2 визите был выставлен диагноз: аллергический и алиментарный гастроэнтерит и колит (К52.2 по МКБ-10), назначено продолжение безмолочной диеты матери и наблюдение аллерголога.

Более половины матерей – 55 (73,3%) до обращения в клинику уже ввели различные ограничения в свой рацион в связи с предполагаемой связью симптомов у ребенка с питанием самостоятельно или по рекомендации врачей. У 20 (26,6%) женщин набор продуктов в рационе был крайне ограничен и включал 4-5 наименований продуктов. При анализе рационов кормящих женщин неоправданное ограничение или исключение продуктов было отмечено у 58,8% матерей детей с ФРОП и у 75,0% детей с диагностированной ПА.

Таблица 4. Характеристика клинико-анамнестических данных детей 2 группы с подозрением на аллергию к белкам коровьего молока

Признак		Число детей, n (%)
Отягощенный аллергологический анамнез у ближайших родственников (мать, отец, родные брат или сестра), n-14	Поллиноз	7 (29,2%)
	Аллергия на эпителий животных	2 (8,3%)
	Пищевая аллергия	1 (4,2%)
	Лекарственная аллергия	1 (4,2%)
	Аллергия на домашнюю пыль	2 (8,3%)
	Бронхиальная астма	1 (4,2%)
Изменения в стуле (прожилки крови, слизь)		5 (20,8%)
Периодические или постоянные кожные высыпания на различных участках тела		20 (83,3%)
COMISS ≥ 12 баллов		24 (32%)
Всего детей с анамнестическими и клиническими данными в пользу АБКМ		**24 (32%)**

Второй визит состоялся через 1 месяц. На момент 2-го визита значимых изменений в характере вскармливания детей не было (p>0,05): 70 (93,3%) детей получали грудное молоко, 4 (5,3%) ребенка находились на смешанном вскармливании, 1 ребенок (1,3%) был переведен на искусственное вскармливание. При анализе состояния здоровья детей 1-й группы на 2-м визите и анкетирования их матерей выявлено значимое снижение частоты симптомов ФРОП: частота плача длительностью более 3 часов значимо снизилась (p<0,001) до 15,7% случаев; частота срыгиваний более 2 эпизодов день значимо снизилась (p=0,0001) почти в 2 раза (до 33,3%); число детей с симптомом младенческой дисхезии значимо уменьшилось (p=0,001) до 5,9%; запоры не выявлены ни у одного ребенка. АБКМ была подтверждена у 20 детей, у них отмечалось практически полное купирование симптомов со стороны ЖКТ (табл.5).

Таблица 5. Число детей с симптомами АБКМ 2А подгруппы на 1-м и 2-м визитах

Число детей (n-20) / **Симптомы АБКМ**	**1-й визит**	**2-й визит**	**p**
Кожные высыпания, сухость и зуд кожи	20 (100%)	2 (10%)	-
Срыгивания, беспокойство и плач	17 (85%)	3 (15%)	0,0001
Слизь и прожилки крови в стуле	5 (25%)	0 (0%)	-

Таким образом, среди детей первых пяти месяцев жизни на исключительно ГВ, у которых основной причиной обращения к педиатру были симптомы дисфункции желудочно-кишечного тракта, в 32% случаев диагностирована ПА (в 26,3% случаев – АБКМ), в 68% - ФРОП. Коррекция рациона матери после уточнения формы пищевой гиперчувствительности у ребенка позволила добиться купирования гастроинтестинальных симптомов у 83,3% детей с ПА, а использование при консультировании печатной версии рекомендаций по питанию повысило приверженность ГВ и уровень высокой осведомленности женщин по вопросам питания с 14,7% до 98,7%. Более трети (36%) респондентов оценили рекомендации, данные в брошюре по максимальной оценке – на 5 баллов (таблица 6).

Таблица 6. Оценка эффективности рекомендаций

Вопросы анкеты	**1 балл**	**2 балла**	**3 балла**	**4 балла**	**5 бал.**
Насколько помогли вам наши рекомендации по питанию?	4%	9,3%	20%	30,7%	36%
Помогли ли наши рекомендации скорректировать ваш рацион?	2,7%	1,3%	16%	46,7%	33,3%
Насколько помогли наши рекомендации расширить ваш рацион?	0	0	8%	48%	44%
Насколько способствовали наши рекомендации сохранению грудного вскармливания?	0	0	5,3%	20%	74,7%

При этом использование в практике врача-педиатра разработанных рекомендаций по питанию для кормящих женщин позволило значительно упростить работу с пациентами, предоставить женщинам исчерпывающую информацию по формированию рациона, повысить их информированность в вопросах питания в период лактации, что, по мнению самих женщин, значительно улучшает их эмоциональное состояние и способствует сохранению ГВ.

Организационно-методические мероприятия по поддержке грудного вскармливания в рамках реализации федерального проекта «Открытый роддом» с использованием разработанных рекомендаций. В 2023 году актуализировано положение о проекте «Открытый роддом», а также расширена и обновлена информационная база проекта. В частности, в обновленную версию проекта «Открытый роддом» были включены разработанные рекомендации по питанию кормящих женщин.

Согласно обновленному Положению «О присвоении статуса «Открытый роддом»» от 1.10.2023 года, присвоение медицинской организации статуса «Открытый роддом» направлено на решение следующих задач:

- развитие и поддержка грудного вскармливания;
- пропаганда ответственного материнства;
- психологическая поддержка и помощь роженицам с инвалидностью разных нозологических групп;
- развитие новых форм профессионального общения с целью защиты медицинских работников и повышения доверия пациентов.

Согласно Положению, соискателем на получение статуса «Открытый роддом» может быть медицинская организация – юридическое лицо, а также его филиал, независимо от организационно-правовой формы, осуществляющее в качестве основного (уставного) вида деятельности медицинскую деятельность на основании лицензии по виду деятельности

«акушерство и гинекология», выданной в порядке, установленном законодательством Российской Федерации о лицензировании отдельных видов деятельности, и находящееся на территории Российской Федерации. Внедрение Проекта осуществлялось на основании соглашения о сотрудничестве между региональным Министерством (Департаментом) здравоохранения и Автономной некоммерческой организацией Экспертно-просветительский центр помощи будущим и состоявшимся родителям «Выбор родителей». Предметом соглашения является сотрудничество в рамках проекта «Открытый роддом» (опубликованно на официальном сайте www.vremyarozat.ru), в целях популяризации материнства в Российской Федерации, внедрения и выявления новых форм работы с беременными по подготовке к материнству и ГВ. В соответствии с соглашением, сотрудничество осуществляется по следующим направлениям: развитие и поддержка ГВ; реализация в медицинских организациях эффективной коммуникации врач-пациент; психологическая поддержка и помощь роженицам с инвалидностью разных нозологических групп. Формами сотрудничества стали: совместная разработка и реализация образовательных программ; проведение совместных мероприятий (семинаров, конференций, круглых столов, симпозиумов); совместное проведение социологических исследований в области основных направлений взаимодействия; распространение результатов социологических исследований, в виде докладов, статей, учебных пособий и иных публикаций, отражающих результаты проведенных исследований.

К маю 2024 года к Федеральному проекту «Открытый роддом» присоединились 135 родильных домов из 14 регионов: Челябинская область, Кировская область, Нижегородская область, Иркутская область, Московская область, Владимирская область, Ульяновская область, Волгоградская область, Тюменская область, Рязанская область, Саратовская область, Красноярский край, Омская область, Чеченская Республика. В рамках внедрения проекта разработанные информационные материалы по питанию кормящих женщин включены в виде плакатов с кратким содержанием и QR-кодами, благодаря которым женщины могут прослушать мини-лекцию по питанию или ознакомиться с полным текстом рекомендаций. Оценка результатов внедрения актуализированной формы проекта «Открытый роддом» на основании опроса целевых групп и экспертных оценок показывает, что для региона внедрение проекта дает следующие преимущества: создание условий, благоприятно влияющих на повышение рождаемости в регионе; возможность осуществления качественной информационной работы с оценкой качества полученной медицинской помощи женщинами с инвалидностью (в том числе с инвалидностью по зрению и слуху); приобретение дополнительного инструмента формирования положительного имиджа медицинской организации и органа управления здравоохранения региона; профилактика послеродовой депрессии и др. расстройств у женщин в период беременности и первый год после рождения ребенка; повышение эффективности мероприятий по продвижению ГВ; повышение осведомленности целевой аудитории о безопасном и качественном питании детей грудного возраста; возможность использования целевой аудитории проекта для оперативного проведения социологических опросов.

Таким образом, актуализированная в 2023 году форма Федерального проекта «Открытый родильный дом» является доступной и апробированной в условиях регионов моделью для активного внедрения в здравоохранение комплекса организационно-методических мероприятий, направленных на продвижение ГВ, повышения информированности медицинских работников и самих женщин в вопросах организации ГВ, питания женщины в период кормления грудью, а также улучшения коммуникативных навыков персонала, что имеет важное значение для повышения качества оказания медицинской помощи населению.

ВЫВОДЫ

1. На продолжительность грудного вскармливания наряду с такими факторами, как возраст женщины ($p < 0,01$), раннее прикладывание к груди ($p=0,04$), отсутствие докорма смесью в родильном доме ($p < 0,01$), свободный режим кормлений ($p < 0,01$), влияют информированность женщин в вопросах преимущества грудного молока ($p < 0,01$) и запланированная женщиной длительность кормления грудью ($p < 0,01$) – это демонстрирует важность усилий по продвижению грудного вскармливания со стороны медицинского сообщества. Потребность в консультации по вскармливанию выше у молодых матерей с первым ребенком ($p < 0,01$). Женщины получают информацию от медицинских работников по вопросам организации грудного вскармливания только в 67,4% случаев, по вопросам питания ребенка – в 50,5% случаев, что говорит о необходимости совершенствовать организационные подходы к консультированию беременных и кормящих женщин.

2. Основными информационными источниками по вопросам питания в период кормления грудью для женщин являются немедицинские интернет-ресурсы (в 31-60%). 69,7% женщин демонстрируют ложные представления о необходимости исключения из рациона широкого спектра продуктов. По результатам анкетирования наиболее часто женщины отмечают различные симптомы у детей при включении в свой рацион большого количества молока и молочных продуктов (25,6%), сладких блюд (22,73%), мучного (17,02%). Поиском информации в сети Интернет занимались 86,7% респондентов, 51,1% считают полученную информацию недостаточной. Не более 30% женщин получили необходимые сведения от врачей: врача акушера-гинеколога в женской консультации и/или в родильном доме, врача-неонатолога в родильном доме и врача-педиатра детской поликлиники. Более высокий уровень доверия педиатрам демонстрируют более опытные матери ($p <0,001$).

3. Актуальные профессиональные рекомендации в отношении питания женщины в период беременности и кормления грудью в высокой степени согласуются между собой, за исключением позиции по необходимости обеспечения микронутриентного статуса женщины и необходимости использования витаминно-минеральных комплексов и обогащенных продуктов.

4. Актуализация рекомендаций по питанию кормящих женщин и использование электронной версии рекомендаций в комплексе мер поддержки грудного вскармливания повышает долю женщин с высокой информированностью в вопросах питания с 38,7% до 86,7%, в 82,9% случаев позволяет скорректировать рацион женщин, в 81,2% – расширить его, в 96,7% случаев – сохранить грудное вскармливание. Значимая положительная динамика качества жизни за счет показателя «Физическое и психологическое благополучие» выявлена у всех участниц исследования в целом ($p=0,020$), более выраженная - у женщин, получавших специализированный продукт для кормящих матерей ($p=0,004$).

5. С учетом выявленной недостаточной информированности женщин в вопросах грудного вскармливания разработанные и апробированые на региональном уровне организационно-методические мероприятия по поддержке грудного вскармливания, которые включены в обновленную форму проекта «Открытый роддом», способствуют повышению информированности женщин и медицинских работников в вопросах организации грудного вскармливания и питания женщины в период кормления грудью.

6. Неоправданное ограничение или исключение продуктов из рациона выявлено у 58,8% матерей детей с функциональными расстройствами органов пищеварения и у 75,0% матерей детей с пищевой аллергией. Коррекция рациона матери после уточнения формы пищевой гиперчувствительности у ребенка позволяет добиться купирования

гастроинтестинальных симптомов у 83,3% детей с пищевой аллергией, а использование при консультировании печатной версии рекомендаций по питанию повышает приверженность грудному вскармливанию и процент женщин с высокой осведомленностью по вопросам питания с 14,7% до 98,7%.

7. С учетом того, что от медицинских работников необходимую информацию по организации питания ребенка получили только около половины женщин, а по питанию в период кормления грудью только 30% женщин, необходимо совершенствовать организационные подходы к консультированию беременных и кормящих женщин.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Для улучшения организационных подходов к консультированию беременных и кормящих женщин с точки зрения поддержки грудного вскармливания, повышения информированности женщин по вопросам грудного вскармливания и питания в период кормления грудью необходимо:

1.На федеральном уровне:

1) внести изменения в Приказ Минтруда России от 14.03.2018 № 136н «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-неонатолог», в части 3.1.4.: в раздел Необходимые знания: Принципы грудного вскармливания. Методы становления и поддержания лактации целесообразно добавить «Вопросы организации питания кормящей матери, в том числе информацию об отсутствии необходимости соблюдения строгих ограничений в диете без медицинских показаний». В работе врачей-неонатологов для повышения информированности женщин в вопросах организации питания в период кормления грудью использовать разработанные рекомендации (https://nczd.ru/wp-content/uploads/2023/08/razgovor-praviln-pitanie-2020.pdf).

2) внести изменения в Приказ Минтруда России от 27.03.2017 № 306нн «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-педиатр участковый» в части 3.1.3: в раздел «Необходимые умения: Разъяснять матерям пользу грудного вскармливания не менее чем до одного года, в том числе исключительно грудного вскармливания в течение первых 6 месяцев, и правила введения прикорма в соответствии с клиническими рекомендациями» целесообразно добавить «Предоставить информацию о принципах организации питания кормящей матери». В раздел «Необходимые знания: Правила грудного вскармливания и его польза для сохранения здоровья матери и ребенка, состав грудного молока. Виды и состав смесей – заменителей грудного молока, показания и правила применения в зависимости от возраста и состояния ребенка» целесообразно добавить «Принципы питания кормящей женщины, в том числе информацию об отсутствии необходимости соблюдения строгих ограничений в диете без показаний». В работе врачей-педиатров участковых для повышения информированности женщин в вопросах организации питания в период кормления грудью использовать разработанные рекомендации (https://nczd.ru/wp-content/uploads/2023/08/razgovor-praviln-pitanie-2020.pdf).

3) включать актуальную научную информацию в отношении важности микронутриентной обеспеченности женщин в периоды беременности и кормления грудью как в новые отечественные согласительные документы, так и в информационные материалы, предназначенные для женщин.

2. На региональном уровне:

1) при организации системы поддержки грудного вскармливания на региональном уровне целесообразно использовать методические материалы, включенные в обновленную форму проекта «Открытый роддом»;

2) разработанные на основании профессиональной медицинской информации и действующих согласительных документов рекомендации по питанию кормящих женщин необходимо включить в универсальные программы подготовки к родам и школы для беременных, а также использовать при консультировании кормящих женщин.

3. На уровне медицинской организации:

1) необходимо более активно проводить работу по поддержке грудного вскармливания, в том числе разъяснительную работу о преимуществах грудного вскармливания для ребенка и матери, особенно среди молодых матерей и женщин с первым ребенком, продолжительность грудного вскармливания у которых оказалась ниже, чем в других группах, а потребность в профессиональной информации выше;

2) для повышения информированности женщин в отношении питания в период кормления грудью целесообразно наряду с бумажными носителями использовать электронные ресурсы как наиболее востребованный источник информации;

3) разработанные рекомендации по питанию кормящих женщин целесообразно использовать при консультировании пациентов с функциональными расстройствами пищеварения и аллергией на белки коровьего молока в сочетании с проводимой диетодиагностикой и диетотерапией.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Буцкая Т.В., Фисенко А.П., Макарова С.Г., Басаргина М.А., Мошкина Н.А., Ясаков Д.С., Голубова М.А. Особенности питания женщины в период лактации: пути оптимизации. Российский педиатрический журнал. 2020; 23(4): 252-258.

2. Буцкая Т.В., Фисенко А.П., Макарова С.Г., Мошкина Н.А., Винярская И.В., Ясаков Д.С. Информированность женщин детородного возраста в вопросах питания в периоде кормления грудью. Вопросы детской диетологии. 2020; 18(2):23-30.

3. Макарова С.Г., Коденцова В.М., Ладодо О.Б., Продеус А.П., Басаргина М.А., Буцкая Т.В., Ясаков Д.С. Микронутриентный статус беременной женщины: риски, связанные с дефицитом, и методы коррекции Акушерство и гинекология. 2020; 5: 156-164.

4. Буцкая Т.В., Фисенко А.П., Макарова С.Г. Разговор о правильном питании в период кормления грудью: вы спрашиваете - мы отвечаем. Москва: Полиграфист и издатель; 2020. 68 с.

5. Butskaya T., Fisenko A., Makarova S., Moshkina N., Yasakov D. Myths and facts about nutrition during lactation. Poll results. Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition. 2021: 1166.

6. Буцкая Т.В., Ладодо О.Б., Коденцова В.М., Фисенко А.П., Рисник Д.В., Макарова С.Г., Олина А.А., Чумбадзе Т.Р., Мошкина Н.А. Анализ действующих рекомендаций по применению витаминно-минеральных комплексов во время беременности и кормления грудью. Кремлевская медицина. Клинический вестник. 2022; 2:52-64.

7. Буцкая Т.В., Макарова С.Г., Ясаков Д.С, Горелова Ж.Ю. Применение электронной версии рекомендаций по питанию женщин в период лактации. Российский педиатрический журнал. 2022; 25(4): 248.

8. Коденцова В.М., Буцкая Т.В., Ладодо О.Б., Рисник Д.В., Макарова С.Г., Олина А.А., Мошкина Н.А. Прием витаминно-минеральных комплексов во время беременности необходим: сравнительный анализ действующих рекомендаций Вопросы практической педиатрии. 2022; 17(2): 136–147. DOI: 10.20953/1817-7646-2022-2-136-147.

9. Ладодо О.Б., Буцкая Т.В., Коденцова В.М., Рисник Д.В., Гмошинская М.В., Макарова С.Г., Лукоянова О.Л., Лебедева У.М., Мошкина Н.А., Булатова Е.М.,

Лебедева А.М., Самсонова А.Н., Малютина Л.В., Фурцев В.И., Белоусова Т.В., Нодвикова О.В. Грудное вскармливание в РФ: результаты анкетирования кормящих матерей Кремлевская медицина. Клинический вестник. 2022; 4: 9-15. DOI: 10.48612/cgma/a5tm-hp4b-6xf5.

10. Макарова С.Г., Ладодо О.Б., Буцкая Т.В., Фисенко А.П., Сметанина С.А., Чемакина Д.С., Ясаков Д.С., Мошкина Н.А. Питание матери и детей раннего возраста с точки зрения метаболического программирования. Медицинский оппонент. 2022; 2(8): 35–45.

11. Буцкая Т.В. Актуальные аспекты поддержки грудного вскармливания и повышения информированности в вопросах питания в период кормления грудью. Российский педиатрический журнал. 2023;26(4):284-289.

12. Буцкая Т.В., Галицкая М.Г., Макарова С.Г, Ясаков Д.С., Бакович Е.А. Персонализированный подход к ведению детей с функциональными нарушениями органов пищеварения и аллергией на белки коровьего молока на грудном вскармливании. Роль рекомендаций по питанию кормящей матери. Российский педиатрический журнал. 2023; 26(5): 306–313.

13. Буцкая Т.В., Фисенко А.П., Макарова С.Г., Ясаков Д.С., Ладодо О.Б., Лебедева А.М., Галицкая М.Г., Мошкина Н.А. Использование электронной версии рекомендаций по питанию и специализированного продукта для кормящих женщин в комплексе мер по поддержке лактации. Российский педиатрический журнал. 2023;26(4):234-241.

14. Ладодо О.Б., Чуткова Д.А., Буцкая Т.В., Коденцова В.М., Макарова С.Г. Некоторые аспекты грудного вскармливания (по результатам анкетирования кормящих матерей). Вопросы питания. 2023; 92, S5 (549): 93.

15. Буцкая Т.В. Организационно-методические мероприятия по поддержке грудного вскармливания при реализации федерального проекта «Открытый родильный дом. Российский педиатрический журнал. 2024; 27(3). doi.org/10.46563/1560-9561-2024-27-3-179-184.

16. Ясаков Д.С., Макарова С.Г., Буцкая Т.В. Улучшение информированности женщин в вопросах питания в период лактации в комплексе мер поддержки грудного вскармливания. В книге: Тезисы X Общероссийского конференц-марафона «Перинатальная медицина: от прегравидарной подготовки к здоровому материнству и детству» и III Научно-практической конференции «Педиатрия XXI века: новые парадигмы в современных реалиях». Москва, 2024. с. 29-30.

СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ И УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ

АКБМ – аллергия на белок коровьего молока

ВМК – витаминно-минеральный комплекс

ВОЗ – Всемирная организация здравоохранения

ГВ – грудное вскармливание

ПА – пищевая аллергия

ФРОП – функциональные расстройства органов пищеварения

FIGO (Federation of Gynecology and Obstetrics) – Международная федерация гинекологии и акушерства