

УДК.641.1.002.64

Лунева О.Ю. – ст. гр. ТХ-04

*Донецький національний університет економіки та торгівлі імені Михайло Туган-Барановського*

## **ВИКОРИСТАННЯ РОЗТОРОПШІ ПЛЯМИСТОЇ У ЛІКУВАЛЬНО - ПРОФІЛАКТИЧНОМУ ХАРЧУВАННІ**

Науковий керівник: канд. техн. наук, доцент Васильєва О.О.

Актуальною проблемою для регіонів екологічного неблагополуччя є розробка заходів щодо еколого-соціального захисту населення. Значне місце в системі профілактичних засобів приділяється медико-екологічній реабілітації, у тому числі за допомогою застосування екопротекторних препаратів.

Управлінням охорони здоров'я Донецької облдержадміністрації розроблена регіональна програма «Здоров'я Донбасу», основним завданням якої стала організація профілактичної роботи серед населення, з метою підвищення адаптаційних можливостей жителів області до впливу несприятливих факторів навколишнього середовища за допомогою біологічно активних добавок (БАД), виготовлених з рослин, які вирощені в екологічно чистих районах України.

Одним з найперспективніших джерел сировини для БАД є розторопша плямиста (*Silybum marianum*).

У результаті проведених досліджень із плодів розторопші плямистої виділені та ідентифіковані біля 200 компонентів, що обумовлює її багатостороннє застосування. Цей продукт можна буде застосовувати як профілактичний засіб при стані який пов'язаний з постійним впливом на організм людини несприятливих екологічних факторів та шкідливих умов праці.

Насіння розторопші плямистої містять: жирне масло (до 32%), ефірне масло (0,08%), смоли, слиз, біогенні аміни (тирамін, гистамін), флаванолігнани (2,8-3,8%) - силібін, силідіанін, таксифолін, силіхристін; макроелементи (мг/г) - калій - 9,2, кальцій - 16,6, магній - 4,2, залізо - 0,08; мікроелементи (мкг/г)- марганець - 0,1, мідь - 1,16, цинк - 0,71, хром - 0,15, селен - 22,9, йод - 0,09, бор - 22,4.

Масло більш багато жиророзчинними вітамінами А, D, E, F, особливо багато в ньому вітаміну E, головного антиоксиданту серед вітамінів. Він бере активну участь у нейтралізації вільних радикалів, які «ламають» багато ферментативних реакцій, наносячи не виправну шкоду організму. Вітамін E застосовується при порушенні функції полових залоз у чоловіків і жінок, псоріазі, ламкості капілярів, і багатьох інших захворюваннях. У шроті (насіння стовчені в порошок) з расторопши крім перерахованих вітамінів присутня значна кількість вітамінів групи B, необхідних для регуляції жирового обміну, харчування серцевого м'яза, нервової системи, шкіри, органів зору.

Дослідження асортименту продуктів харчування з додаванням розторопши свідчить про досить незначне її використання в харчуванні. У зв'язку з цим ми рекомендуємо розширяти асортимент продуктів із додаванням розторопши.

Нами були розроблені нові композиції фіточаїв – «Золота розторопша», «Джерело бадьорості», «Діброва». Вони являють собою полікомпонентні суміші, виготовлені на основі лікарсько-технічної сировини (звіробой, шипшини, глоду) і призначені для виготовлення гарячих напоїв.

Створення фітопродукції з додаванням розторопші плямистої розширить асортимент продуктів лікувально-профілактичного призначення.