

## РЕЦЕНЗИЯ

© А. Н. Лызиков, В. Н. Бортновский, 2018  
УДК 613.2:614.8

**В. С. НОВИКОВ, В. Н. КАРКИЩЕНКО, Е. Б. ШУСТОВ**

**ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ЧЕЛОВЕКА ПРИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВОЗДЕЙСТВИЯХ. — СПБ.: ПОЛИТЕХНИКА-ПРИНТ, 2017. — 346 с. — ISBN 978-5-906931-43-6**

В книге поднимаются актуальные и социально значимые проблемы и раскрываются перспективы развития такого направления профилактической медицины, как функциональное питание людей, жизнь и профессиональная деятельность которых проходит в экстремальных и особых условиях.

Авторы, известные и ранее своими многочисленными научными публикациями о результатах исследований в области общественного здоровья, в этой монографии выходят за рамки только медицинских или экспериментально-биологических вопросов. И это оправдано, поскольку изучение физиологии и гигиены питания человека в экстремальных условиях требует междисциплинарного подхода.

Рассмотрение этой проблемы авторы начинают с определения общих физиологических механизмов экстремальных воздействий как основы профилактики, коррекции и реабилитации функционального состояния организма.

Интерес представляют приводимые в монографии данные о влиянии экстремальных воздействий хронического стресса и длительных физических и нервно-эмоциональных нагрузок на систему иммунитета, акцентируя внимание на генетических механизмах, повышающих переносимость экстремальных воздействий.

Достоинством монографии является и то, что в ней дается физиолого-гигиеническая характеристика и оценка функционального питания как компонента государственной стратегии сохранения и повышения уровня здоровья всех групп населения, включая детей, в случаях изменения внешних условий жизни, влияющих на различные системы жизнедеятельности человека.

В качестве практического примера авторы в одной из глав подробно анализируют влияние экстрактов растений с адаптогенным и нейрогормонизирующим действием на работоспособность и эмоциональный статус организма человека показывая, что адаптогены, обладая сочетанным анаболическим, антиоксидантным, антигипоксическим, антистрессор-

ным действием, могут широко использоваться в практике восстановительной медицины.

Специальный раздел авторы посвятили использованию специализированного эргогенного функционального питания, предназначенного для повышения работоспособности и выносливости. По их мнению, оно должно рассматриваться и как незаменимый компонент спортивного питания, а также может активно использоваться работниками, занятыми тяжелым физическим трудом: шахтерами, спасателями в очагах ликвидации катастроф и стихийных бедствий, военнослужащими для повышения физической выносливости в ходе учений и выполнения боевых задач.

Не меньший интерес для специалистов будет представлять глава, посвященная функциональному питанию для повышения переносимости неблагоприятных климато-географических условий. Авторами впервые представлены результаты доклинических и клинических исследований эффективности специализированных продуктов питания человека в условиях Арктики, высокогорий, пустыни.

Таким образом, в монографии дана наиболее полная характеристика особенностей функционального питания как одного из перспективных направлений профилактической медицины и сделаны выводы об эффективности специализированных продуктов питания людей, проживающих или работающих в неблагоприятной или экстремальных условиях.

Написанная доступным языком, монография «Функциональное питание человека при экстремальных воздействиях» будет полезна не только для специалистов, но и тем людям, которые проявляют интерес к этой области знаний.

*А. Н. Лызиков,  
доктор медицинских наук,  
профессор, академик РАЕН.  
В. Н. Бортновский,  
кандидат медицинских наук,  
доцент, член-корреспондент РАЕН*